

和の風 町長随想 増澤善和

第三の人生

用の実験に大変役に立った。

さて、教師を退職して「第

二の人生」を迎えたが、その

前半の南条町教育委員・同委

員長・教育長の七年間も、学

校管理職時代（武生高校での

部長・教頭、武生工業高校で

の校長）の経験が活かされた。

また、教育長就任と同時に柚

山城居館跡地発掘調査の準備

を始めたので、否応なしに近

辺郷土史の勉強が必要となり、

大きな関心を持つようになった

ことが、町長時代の歴史遺

産の観光行政に役立った。

また、二年間続いた合併協

議会や、新町での諸会合・現

地調査等では、今庄・河野地

区にも人脈の輪を拡げること

ができました。こうした皆様

のお蔭で、南条・南越前町長

として足掛け十一年の三期を

務めさせて頂きました。

このように、私の辿った人

生を振り返ると、新しい任務

についた時には、前歴の苦し

かった経験が大きな力となっ

ているようだ。では、第三の

人生の門出に当って、第一・

第二の人生で得た何を支えに

生きるべきか。私事ではあり

ますが、一般論でもあるので

①第一の人生より

生物学の経験を活かす

町内外から講演を頼まれた

時、演題が自由であれば、必

ず「生物学的健康法」と決め

ている。その中で、一番最初

にとりあげるのが、寿命の男

女差の問題。日本は世界一の

長寿国、福井県は全国屈指の

長寿県だが、女性が男性より

六歳寿命が長い。この大きな

格差、不平等を問題にする政

治家はいない。女性長寿の生

物学的根拠を3つあげ、男性

もそれに近づきたいものだ。

a. 発情ホルモン(エストロゲン)

人間では女性ホルモンの一

種で、排卵促進の一般的な働

きの他に、動脈硬化防止作用

があるので、女性は循環器系

の病気が少ないらしい。男性

が女性の寿命に近づくには、

動脈硬化を防止する——即ち

善玉コレステロールが多くて

悪玉を善玉に変える食物を食

べれば良い。その食物は、イ

カ・貝など軟体動物・植物性

油(特にオリブ油)・赤ワイ
ン・そば(ルチンだがそば湯
の方に多い)などである。

族を守るために闘争心が強く
交感神経型だったが、現代人
において寿命を縮めてまで必
要なのか疑問が残る。

b. 過労や過冷が少ない

若い時からの、肉体的精神

的な過労や、冷飲料好・クー

ラー寝は男性に多く、老化現

象を早めたり、免疫力を弱め

る。男性のプロスポーツマン

や政治家は統計的に短命。適

度に頭と体を使い、疲れたら

冷ビールより熱燗で癒したい。

c. 副交感神経型(非闘争型)

対人スキンスリップと笑いが

多いのは女性。どの地区の敬

老会でも、出席者は平均寿命

差以上の差で、断然女性が多

い。そして会話がはずみ大声

で笑い、芸人には手拍子や拍

手を惜しまない。男性は一人

チビチビ族がほとんど。出席

しただけでも良い方で、大半

は「敬老会なんてつまらん」

と家でゴロゴロの引きこもり

型が多いと思われる。

また、バス旅行でみられる

トイレ休憩風景。女子トイレ

前はベチャクチャ・アハハの

長蛇の列。中には男子トイレ

まで侵入してアハハ。これ

が女性パワーの源なのである。

男性(雄)は、外敵から家

さて、「選挙はケンカだ!!」

と意気込むのは男性に多いら

しいが、度が過ぎると免疫力

が低下するのでご用心を。

②第二の人生より

歴史遺産と人脈遺産を活かす

首長は退職すると、急にボ

ケたり死亡する例が多いよう

だ。「退職したらのんびりと

気楽に暮らしたい」はボケの

元。ボケの90%はぐうたら

ボケなので注意したい。

生物の各部は使わないと

退化する。寝過ぎると頭が

ボツとし、二三日寝込む

だけで足がフラフラすること

からもわかる。医学では廃用

性萎縮(生物学的には用不用説

といわれる現象なので、体や

頭は適度に使うべきである。

従って、私の第三の人生の

目標は、町文化遺産をじっくり

り見学したり、軽労働による

家庭菜園で家産家消を实

現させ、たまには今までお世

話になった方々と、イカ刺し

で熱燗を酌み交わしながら談

笑できる生活を目指したい。

笑える生活を目指したい。

喜(毛)寿の年で迎える正月
なので、もはやめでたい
でもないようだ。しかし、来
月十二日で退職する年であ
れば、ここまで元気に務めら
れたということでもめでたい
年を迎えたとして周囲に感
謝すべきであろう。一般的に
は退職すると「第二の人生」
とか「セカンドライフ」を迎
えるというが、私の場合は
「第三の人生」になるだろう。

第一の人生は教員時代。若
い頃の中学校で苦労したのは
免許(理科)外教科の数学・
英語も受け持ったこと。しか
し英語の教科書「JACK a
n d B E T T Y」は会話形式
だったので今でも間に合うこ
とがある。

二十代後半からの高校では
生物学だが、これも学校に
よって化学・物理・地学を受
け持った。しかし、この経験
も私自身のハエの遺伝子の研
究での化学実験や物理器具使

議会や、新町での諸会合・現
地調査等では、今庄・河野地
区にも人脈の輪を拡げること
ができました。こうした皆様
のお蔭で、南条・南越前町長
として足掛け十一年の三期を
務めさせて頂きました。

このように、私の辿った人
生を振り返ると、新しい任務
についた時には、前歴の苦し
かった経験が大きな力となっ
ているようだ。では、第三の

人生の門出に当って、第一・
第二の人生で得た何を支えに
生きるべきか。私事ではあり
ますが、一般論でもあるので