

50歳になって気づいた事 今だからお話できる人生観とは

麻木 久仁子 氏(タレント・国際薬膳師)

私自身、確固としたライフプランを持っていたわけではありません。50代を目の前に、その先の人生について考える出来事がたまたま重なって今があります。

デビューは20歳そこそこの頃。東京ディズニーランド開園のCMです。当時、奨学金をもらいながら大学へ通っていて、芸能活動は学費を稼ぐアルバイトの一つ。オーディションを受ける毎日でした。

男女雇用機会均等法が施行され、女性の総合職が登場する中で、同級生は人生を築いていく。一方の私は、自分が何者なのか、胸を張れない時期が続きました。

25歳を過ぎたら女性タレントに価値はない、などといわれる中で、ようやく仕事ができるようになったのは30代が見えた頃です。時代が変わる潮目でした。

初めてキャスターになったのは30代前半。一気に仕事が増えてうれしい半面、経験が足りず、仕事はまったくの無手勝流。共演している評論家やジャーナリストの方に教を請いながらの努力独学でした。

時代が変わったとはいえ、女性タレントは結婚したら終わり、という風潮が残っていました。私が妊娠を報告すると、大方の番組が「おめでとう、お疲れ様」。ところが「世の中を変えよう」という番組責任者が現れました。ある人は、妊婦の私を新番組に起用してくれて、時代が大きく変わるのを感じました。今は珍しくありませんが、私が最初だと思います。

30代、40代は仕事と子育ての両立で駆け抜けた気がします。結果、48歳で若年性脳梗塞(こうそく)を発症。幸い後遺症もなく過ごしています。

生き方そのものを変えよう。健康な身体で50代を迎えたいと、受診したがん検診で乳がんが左右に見つかり、50歳の誕生日に入院。早期発見が幸いしました。

生活を変えるために薬膳を学ぶと、多くの友人と出会いました。趣味の世界の面白さです。

ママ友の中には、子育てで中断していたことを50代になって再開した人、少しずつ続けてきたことを一気にやり始めた人がいます。その一方で、私のように新しいことに挑戦する人もいます。私は、ひょいと腰が浮いて、それまでの



生活範囲を飛び出した感じです。

薬膳を広めたくて、レシピの書き方を学び、フードコーディネーターも学びました。そこでの出会いが重なって、薬膳教室の講師やレシピ本の出版につながりました。

私たちの年代になると、しっかり生きてきた基盤があります。だから、少々おっちょこちょいで、少々軽やかでいい。昨日と違う今日を生きるという積み重ねがきっと後悔しない人生につながると思います。健康で元気に、機嫌よく日々を過ごしていきましょう。

麻木 久仁子 あさぎ・くにこ

1962年東京生まれ。知性派タレントとしてクイズバラエティ番組を中心に出演するほか、司会者やコメンテーターとしても活躍。脳梗塞(こうそく)、乳がんを患った経験と検診の大切さを講演などで伝えている。国際薬剤師、国際中醫師、温活指導士、登録販売者の資格を取得。食を通して「体を温め、免疫力を高める」という考えや食事などを提案している。