

人生100年時代とうたわれてはいますが、そうなればなつたで、加齢によつて現れてくるあれやこれやの兆候が気になつてくるのではないのでしょうか。少しでも長く若さを保つていたい、という需要に応じて、アンチエイジング市場がウエルネス市場と合体し、高齢化社会に後押しされてますます巨大になっています。

次から次へと出てくる心身の加齢の兆候に対して、美容医療やら投薬

エイジレスのための9か条

やらの外的な対処療法を続けられるならそれも結構かと思いますが、ここに盲目的に頼つた結果、副作用によつて「見るも無残な変形」がもたらされて自己嫌悪と引きこもりに陥つたという元スーパーモデル、リンダ・エヴァンジェリスタ(56)の告白も話題になったばかり。市場の原理に取り込まれずに自力でできる対策はないのでしょうか。

そんなことを考えていたら、天啓の



エイジレスな魅力あふれるデザイナーの鳥丸軍雪さん

中野香織 「ファッション歳時記」 122

ような方に出会いました。ロンドン在住のデザイナー、鳥丸軍雪さんです。ダイアナ妃が来日した時の青いドレスをデザインした方としても有名です。84歳にして新しいことに挑戦し続け、見た目は驚きのエイジレスで、話し方にはユーモアがあふれ、声も心も若く、チャームキング。そこで仕事のインタビューが終わつたあとに、ご本人に率直に質問してみました。軍雪さんのエイジレスな魅力の秘訣はなんですか?と。もつたいがらずに教えてくださったお答えは次の通り。

- 1 毎日、数分、子供心に帰る
- 2 利害関係を考へて計算したりしないで自分の感情に忠実になる
- 3 感じた事をそのまま表現する
- 4 童謡を口ずさむ
- 5 音楽にあわせてダンスをする
- 6 毎日何かに興奮する
- 7 ラジオ体操でもよいので毎日運動は欠かさない
- 8 タバコは吸わない、お酒は大丈夫
- 9 死ぬまでロマンチックである

軍雪さんは「誰にでもできることです」と微笑みながら、最後にくぎを刺しました。「こうした習慣は持続させないと、効果はありません。3日坊主はダメです」。



なかのかおり

1962年生まれ、富山市出身。服飾史家として研究・講演・執筆をおこなうほか、昭和女子大学客員教授、企業の顧問を務める。株式会社Kaori Nakano代表取締役。東京大学大学院修了。英国ケンブリッジ大学客員研究員、明治大学特任教授などを務めた。著書に、「イノベーター」で読むアパレル全史(日本実業出版社)、「ロイヤルスタイル 英国王室ファッション史」(古川弘文館)ほか多数。

簡単そうに見えて、第一条からして実行が非常に難しいことに気づきました。社会の荒波にもまれて「オトナ」になる試練を二通り経たからこそ、新たに子供に「帰る」ための努力は、かなり意識的に行わなくてはなりません。童謡は忘れていた(笑)。

とはいえ、高額な費用をかけて、副作用のリスクにおびえながら対処療法をするよりも、軍雪9か条を続けるほうが、はるかに健全で高いエイジレス効果が期待できることは本人が実証しています。なによりも子供のような生命力にあふれたロマンチックな心を養えば、加齢の兆候も人間の美しさの一つとして見ることができるようになるのでは。細かいシミもシワもぼやけて見えなくなるといふ身体的な視力の衰えは、「なんでもきれいに見えてくる」心の視力にとつては、かえってプラスに働いてくれるでしょう。たぶん。