80代のトップモデル

『人はいくつになっても、美しい』（幻冬舎）という本を出版し、2016年9月に来日して話題となったのが、ダフネ・セルフさん。1927年生まれの88歳、英国在住の最高齢現役ファッションモデルです。

彼女は若いころにモデルをしてはいたものの、結婚を機に引退。その後夫の死をきっかけに再びモデルを始めようと決意したのはなんと60歳を過ぎた頃とか。

当初はモデルエージェントにアプローチしてもなかなか仕事に結びつかなかったようですが、70歳の時に有名なファッション誌『Vogue（ヴォーグ）』でエイジングと美の特集をした際にモデルとして起用され、注目を集めます。

2014年には世界最高齢のモデルとしてギネスにも認定されていますが、彼女は人工的にしわやシミを隠すことなく、むしろありのままをさらけだし、堂々と、誇らしげにポーズをとっています。20代の頃よりも現在の方が多忙というのも頷けるほど、圧倒的な存在感があります。

彼女の美しさの秘訣は食事やヨガなど日々の生活習慣の積み重ねはもちろんですが、すべてのことに好奇心を持ってポジティブに取り組むことで内面的な健康もこころがけているのだとか。

ちなみに好きなことばは「キープ・スマイリング」。年齢はただの数字だと言い切っています。

もう一人、スポーツ界で注目されているのが、86歳のシスター・マドンナ・ビューダーです。彼女が過酷なトライアスロン競技に参加する姿を追ったNikeのCMが話題になっています。

年齢を決めるのは自分自身

資料によれば、彼女がトライアスロンに挑戦し、初めて完走したのが、65歳の時。
周囲の心配をよそに、これまで世界一過酷といわれるアイアンマンレースを40回以上完走しているといいます。

時には骨折などの挫折も経験したようですが、それでも「挑戦しないことが失敗。努力すること自体が成功なのだから」と言う彼女は、「アイアン・ナン（鉄のような修道女）」と呼ばれています。

それぞれに自分を律して人知れず努力をしてきただろうことは想像に難くありませんが、あるアメリカの大学での研究では、年齢を重ねることをポジティブに受け入れている人と否定的にとらえている人とでは、寿命にかなりの差があるとの報告がされています。

ちなみに、シスターが出演したCMのタイトルは、“Unlimited Youth（無限の若さ）”。
まさに、若さとは、見た目や物理的な年齢に関わらず、年齢を重ねることを恐れず、むしろ楽しんでいる人に宿るものなのかもしれません。

話題が海外のスーパーウーマンに集中しましたが、国内のスーパーシニアに目を向けると、104歳で現役医師の日野原重明さんが代表格といえましょうか。
なんと、氏のスケジュール帳には、10年先まで予定が入っているとか。

人は可能性としては500歳まで生きることができるかもしれという実験も始まっています。

もし実現したら10年なんてほんの数年先のことになるのかもしれません。

記　宮島佳代子