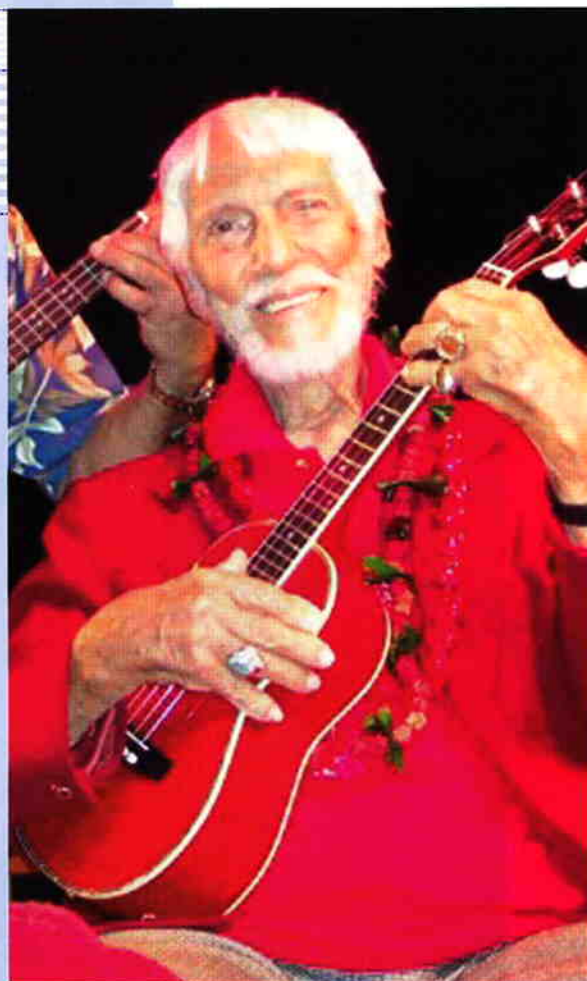


編集長・坪田一男の

「百寿者に訊け! 長寿のヒケツ」

今回は、電話インタビューで101歳にして現役ミュージシャンのBill Tapiaさんにお話をうかがった。世界で活躍する百寿者の方はいらっしゃるかと、インターネットでリサーチをしていたところ、彼の名前をみつけたのだが、何と「世界第一次世界大戦のときに演奏していた曲です」と紹介できる世界で唯一の人物らしい。1918年、10歳ですでに演奏していた“Stars and Stripes Forever”という曲の演奏前に、そうお話になって笑いを取るらしい。メールでインタビューのリクエストをすると、すぐに担当の方から返信があり、電話インタビューの日時を指定された。当日、電話を前に、聞き取りやすいように大きな声で、発音にも気をつけて話そう、などと考えていた私ですが…。



101歳のミュージシャン

101歳
(1908年1月1日生まれ) **Bill Tapiaさん**

坪田 タピアさん、はじめまして。お元気ですか？

タピア 元気ですよ、もちろん。電話をありがとうございます。

坪田 2008年1月で100歳になられたんですよね。

タピア そう。年が明けるとすぐに101歳だよ。この前の5月には、100歳を記念してハワイのロイヤルハワイアンホテルでコンサートしたんだよ。600人も来てくれて、すごく嬉しかった。600人もだよ。

長寿のヒケツ ①

**とにかくハードライフ
ずっと仕事をしている!**

坪田 世界で最高齢のミュージシャン、って呼びかけていいんですよ。

タピア そう、世界一ですよ。

坪田 年間、どのくらいコンサートなどされるんですか？

タピア 13回くらいかな。

坪田 1ヵ月に1回以上ですね。すごいですね。その体力を維持するために、何かしていることがありますか？

タピア ハードライフを過ごすことが大切だよ。僕はね、8歳のときに父が亡くなって、第一次世界大戦中の10歳のときに音楽を始めたんだ。それからずっと働いているんだよ。ずっと。最初は、ボードビルで働いて、ジャズをしたり、ハワイアンウクレレをしたり。1927年にJohnny Nobleのバンドで、ロイヤルハワイアンのグランドオープニングのコンサートをしたときには、ハワイのプリンセスも来てくれたんだ。その後、僕はロイヤルハワイアンでずっと働いて、ハワイ島で仕事をしていた時期もある。その後、サンフランシスコに引っ越して、ギターを教えたり、という活動も始めた。10歳で音楽と出会い、音楽と仕事の毎日を過ごしていたんだ。

坪田 タピアさん、すごいお話が止まりませんが(笑)、ご自身の健康のなどに話を戻してもいいですか？

長寿のヒケツ ②

生活習慣もきちんとコントロール！ そして、話したいことが たくさんある！

タピア あ、そう。もちろん、食事とか、そういうことでいうとね、母も妻もすごくいい人だったんだ。食事にも気を遣ってくれて、それで妻はね…。

坪田 どんなお食事を食べられますか？

タピア ノーフット、脂っぽくない食事で(ノーグリースフード)、それに野菜をたくさんとるようにしている。生野菜を食べるように心がけているんだ。でもね、妻は2001年に亡くなったので、それからはQOL

が少し下がったかな。エクササイズでいうとね、1987年(79歳の頃)から、心がけて毎日エクササイズをして、30分走る、鉄アレイ約6.8kg(15パウンド)を片手にもって30分持ち上げているっていうのをしている、その他に、約16km(10マイル)毎日自転車で走っていた。87歳になるまではね。87歳で狭心症になって、ドクターストップになってしまったので、やめたんだけど。でも、仕事はずっと続けているからね。仕事はね…(と、お仕事の話へ)。

坪田 それは、すごいですね。運動量としても、始めた年齢も普通は高齢という域ですよ。それで30分も走るってかなりの体力です。今は、何かされるんですか？

タピア メディテーションとね、ウォーキングをしているよ。運動は駄目だといわれているからね。

坪田 体重はどのくらいですか？

タピア 65.7kg(145パウンド)で人生ずーっと変わらなかったんだけど、妻が亡くなって59.8kg(132パウンド)になってしまったんだ。きっと、栄養がよくないんだと思うんだよね。

坪田 血圧とか、血糖値とかの数値などはご存知ですか？

タピア 数字は知らないけど、自分の状態がいいことは知っている。糖尿病は、境界性糖尿病なんだ。睡眠時間は3~4時間程度なので、人からは短いといわれ



写真1 2008年夏、ハワイのルアウショーで



写真2 米国メディアの取材も受ける

ますが、自分としては大丈夫だと思う。ずっとハードライフだったしね。

坪田 タバコなどは吸われますか？

タピア はい、タバコも87歳までは吸っていたんです。ラッキーストライクをね。

坪田 1日の食事のパターンを教えてください。

タピア 朝はフルーツに、クリームを添えて。オーツ麦や卵をたまに一緒に。お昼はスープを中心に、夕食はシーフードなどで、お米を毎日食べてるよ。

長寿のヒケツ ③

大好きな生き甲斐がある！
毎日そのことについて
考える時間がある

坪田 生活の中でも、健康にすごく気を遣われていることがよくわかりました。今、タピアさんの生活の中で一番大切なことは何ですか？

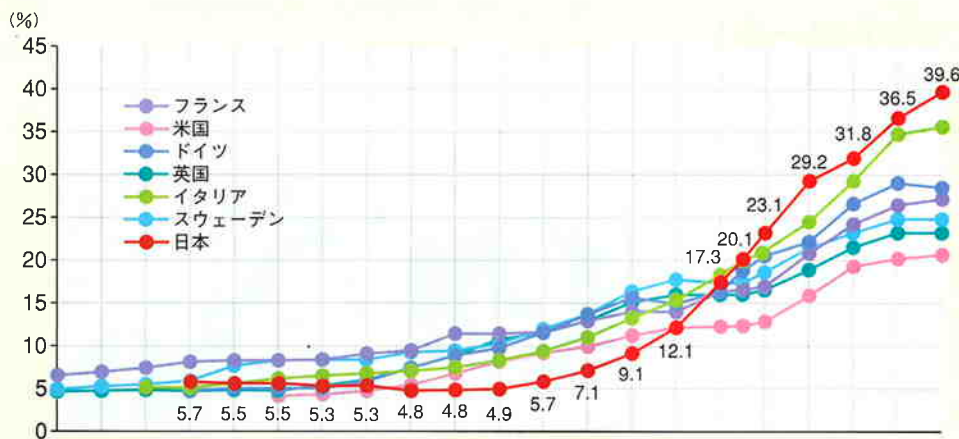
タピア ミュージック！ 小さいときに音楽に出会って、そのまま音楽とともに生きてきました。毎日、朝起きると、何をやりたいか考えるんだけど、それは音楽について考えることが多い。音楽について考える。何か音楽でできることはないかな、って。

坪田 人生で印象に残っていることを教えていただけますか？

タピア この前の100歳になって開催したコンサートで、600人の観客を前に1時間半演奏したのがすごく楽しかった。

坪田 音楽以外に何か趣味をおもちですか？

タピア 音楽は仕事であり、趣味であり、人生なんです。あと、音楽を教えることね。



今回、初の海外の百寿者にインタビューをしたので、主要国における高齢化の状況を調べてみた。2050年には米国が最下位になっているが、これは2009年以降の医療制度改革で少しは変化が出るのだろうか？と医療制度についても考えさせられるデータ。

(<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/1157.html>より引用改変)

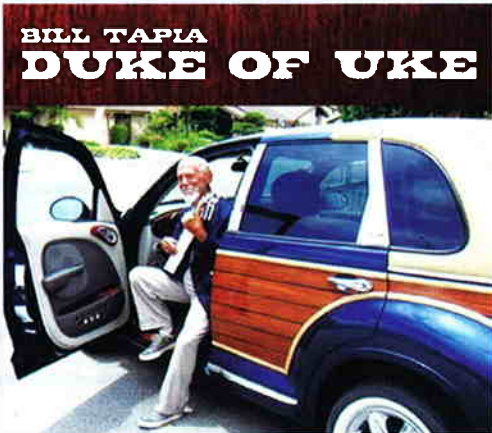
資料1 主要国における人口高齢化率の長期推移・将来推計

最初は、電話でのインタビューだから大きな声で話そうと気を遣っていたのですが、そんな心配も全く必要がなかったことが話しはじめてすぐわかりました。お話されたいことがたくさんあり、音楽について語りだ

すと止まることがなく、そして、こちらのジャパニーズイングリッシュもきちんと聞き取っていただいて…。本当に元気なタピアさん。日本での公演が実現したら、是非拝見してみたいと思いました！

MEMO

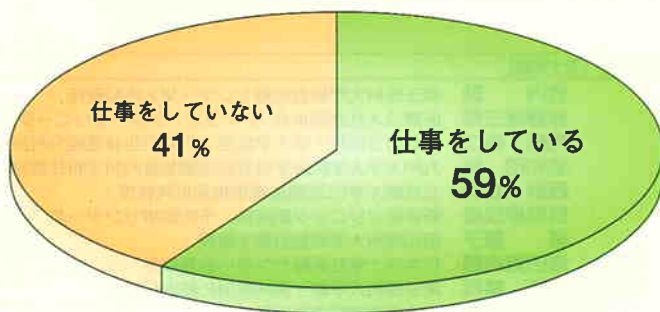
タピアさんのアルバム『Duke of Uke』



タピアさんの活動、アルバム紹介などについては、
<http://www.billtapia.com/>
を参照されてください。2009年、日本公演も予定中なので、詳細がわかり次第お知らせします。



写真3 人生で一番嬉しかった100歳でのコンサート1時間半演奏した



17人中、10人！59%の高確率です。

もちろん、100歳以上でご活躍されていると、メディアで紹介されやすいという側面もあると思いますが、このように勤労意欲のある100歳の方が日本に多いというのも、日本の高齢者の特徴の一つなのかもしれません。

資料2 今までの百寿者インタビューで仕事をされている率

元気な100歳募集中！

当誌では、このコーナーでインタビューさせて頂く元気な100歳の方を募集しています。ご紹介頂ける場合、下記メールアドレスまでご連絡下さい。

E-mail: 100sai@anti-aging.gr.jp