楽しみながら歳を重ねる、
そんな意識をもって若さを保つ人がいます。
今月からスタートする
エンジョイエイジングインタビュー。
第１回は、衣食住全般に精通し、
さまざまなプロデュースを手がける
クリエイティブコーディネーターの
裏地桂子さんにお話を伺いました。

KEIKO URAJI

裏地桂子

1996 年より女性雑誌でライター＆コーディネーターとして活躍。さまざまなプロデュースを手がける。現在はクリエイティブコーディネーターとして、雑誌や企画展などの商品セレクションをはじめ、ショップや企業などのコンサルティング、商品企画を手がける。著書に「わたし好みの Happy デザインギフト 100 選」（小学館）、「わたし好みの口福のギフト 100 味選」（扶桑社）などがある。京都在住のバッグデザイナーの千原啓子とデザイン和ものをコンセプトしたブランド「啓子桂子」を立ち上げている。

着物を着ることは、自分を気持ち的に若返らせますね。よく着るようになったのは30代後半からです。当時はライターでレセプションとかが多かったんです。そのときに着物を着て行ったら、クライアントや主催者の人にたいへん喜ばれて。着物だとみなさんの喜び方とか、扱い方が違うわけです。

女性にとって褒められることって大事だと思うんです。若い頃は褒められてたのに、歳をとるに従い、人に褒められることがなくなっていくじゃないですか。着物を着ていくと必ず褒められますから。それだけでうれしい気持ちになって、前向きになれます。

特に何かをしているというわけではないんですけれど、着物は気持ちも引き締まります。お茶でもお花でもそうなんですけど、いい意味での緊張感が走るんです。自然に背筋も伸びた感じになって。

でも、決して無理はしなくていいと思うんです。披露宴とか会食とかちょっとしたことから着物を着るようにしてみる。それが会話のきっかけになったり褒められたり、いい効果が必ずあるはずです。

笑うこともアンチエイジングの秘訣。「笑う門には福来る」って本当だと思うんです。笑顔が嫌な人はいない。幸せな人って、よく笑うでしょ。だから、何事もポジティブに考え、笑って生きていきたい。しんどいときや辛いときも、いいイメージを持つようにしているんです。寝る時、今日は大変だったけれど、いい夢を見られますようにとか。

あと私は、言葉もポジティブなものを選んで使っています。例えば、「すみません」という言葉を使わない。いいイメージが浮かばない言葉だと思うんですよ。その「すみません」は「ありがとう」か「ごめんなさい」に置き換えられるでしょう。また、「おすそ分け」という言葉も「お福分け」と言うようにしてます。

そしていま、メンタルにすごくいい影響を与えているのが、空を見て生活できるということ。タワーマンションに引っ越してから、窓の外は一面が空なんです。空の風景は、1分、2分でどんどん風景が変わっていきます。色が変わったり、雲が流れたり、本当にすごく変化があるんですね。生活の中に、そういう〝変化への意識〟を持つことは、豊かな心を保つために、とても大切なことだと思っています。