

# 捨て去る技術

40代からのセミリタイア

中川 淳一郎

Nakagawa Junichiro

## まえがき

これまで色々なこと、モノを捨ててきた。

モノ、服、腐った野菜、友情、会社員としての立場、人間関係、インターネット上のID、そしていくつかの仕事も。いずれも時間の経過とともに「いつしか疎遠になった」「どうでもよくなった」「飽きた」「負担になった」「そのキツさに耐えられなくなった」「邪魔になった」などが理由だ。

あれだけ仲が良かった友人とはもう会わなくなったし、20〜30代前半の頃、年間70回は会っていたような「親友」に対してもキレ、その場で縁を切った。新卒で入った会社も4年で辞めた。さらには、新型コロナウイルスをめぐる価値観の相違からも複数名の深い付き合いの人間との縁を切った。「コロナは怖い」と考えるマスク・ワクチン激推し友人と私のように「恐くない」と考え、両方無駄と考える者では考えが違い過ぎる。いちいち私

の配偶者や雇用している社員に対し「中川君がおかしくなった、と心配する人がいる」と架空であろう人物の存在を挙げ、持論を押し付けようとした。余計なお世話である。貴殿らは自分の人生に邪魔だ。私からさっさと縁を切るわ。

かつてツイッター上でバチバチとやり合った人々とも、もう一切の接点はない。ブロックという便利な機能により我々の関係は永遠に失われた。時々名前を見ることはあるが、何の感慨ももたらさない。「まだ昔と同様、バカなんだな」と思うだけだ。そして、その人物もたまたま私の存在を目にした時、同様に思うことであろう。かくして様々なものは捨てられていくのだ。人生は捨て、決別することの連続なのである。小中学生時代の同級生と会ったのはこの35年で2人で、大学時代の同級生にしても今でも時々会うのは4人だけだ。さらに、この中の1人もコロナで絶縁に至った。

そして2020年11月1日、47歳2カ月の時にドッカンと捨て「セミリタイア」をした。一部の仕事と妻、そして親切にしてくれる人以外はかなり捨てた。長年住んだ東京を脱出し、佐賀県唐津市に引っ越した。すでに親も捨てたようなものだ。もう6年以上会っていない。お互い「つるむ日々は終わった」「我々の人生は別」と考えている。2人とも「私らはボケないようにする。アンタに介護なんてさせないから。ある日ポックリ死ぬ」

と言っている。

セミリタイアから2年以上が過ぎたが、多くの人が60〜65歳でやることを少し早くやっただけだろう。2022年には「人間関係リセット症候群」という言葉が話題になったが、やや近いか。

本書は「決別」をテーマにする。元々の私の専門分野たるインターネットからの「決別」に始まり、負担の少ない人生を送るための決別・捨てることについて述べる。年を取れば取るほど様々なものを捨てなくてはその後の人生が面倒くさくなる。

新型コロナウイルスにより、日本の少子高齢化はますます進み、これから日本は貧乏国家まっしぐらになることだろう。2021年の出生数は81万1622人（2020年は84万835人）、死亡数は143万9856人で、2020年の137万2755人に比べて6万7101人の増加。これは戦後最大だった東日本大震災のあった2011年を超えた。2022年は、超過死亡数は2022年もさらに増え、出生数は77万人と統計開始以来最低となる見込み。この差がもっと広がり、もはや子供が珍しい国となる。

2022年11月、円は1ドル＝156円に到達した。コロナが広がって以降、あまりにもこの2年半以上、高齢者の命を守るために若年層・子供に過度な負担をお願いし、打つ

手打つ手がちぐはぐで効果検証もしないまま緊急事態宣言を何度も繰り返し、見通しの甘さから延長するのは規定路線だった。挙げ句の果てには緊急事態宣言よりは緩い「まん延防止等重点措置」が登場し、政府分科会の尾身茂会長がしきりと「まん防」と言い、その語感の呑気さから「重点措置」と呼ぶようになった。なんで「まん」なんだ「蔓」でいいだろう！「まん」の理由は「常用漢字ではないから」だそうだ。気が抜けた。

各首長は緊急事態宣言とまん防（バカバカしい語感が気に入ったので本書では登場する場合は「まん防」を使う）を発出するよう政府に要求。正直、私自身は「コロナは日本ではそこまで大騒ぎするほどのヤバイウイルスではなかった」というスタンスを取っている。選挙で選ばれた政治家は毎度「専門家のご意見を伺い……」と言うと専門家は「我々は政治家に知見を述べる立場ではない。決めるのは政治家」と逃げる。その後はなんとなく世論を読んだうえで、「専門家の意見を鑑みたくうえで……」と政治家が本当に効果があるかまったく分からない策を繰り返すのだ。

外出を減らせばウイルスはいなくなるはずだったが、4回、緊急事態宣言を発出したも目立った効果は見られなかった。医療崩壊を避けることが緊急事態宣言の錦の御旗だったわけだが、常に医師会や医療関係者と政治家は「医療崩壊しています！」「修羅場！」

「今が瀬戸際」「真剣勝負の3週間」「今年は特別な夏」「我慢の先に光が見える」と大騒ぎするだけで、人口比世界一を誇る158万の病床のうち3万しか使わせない体たらく。

ジフテリアやSARS（重症急性呼吸器症候群）同様の感染症「2類相当」に分類されたため、指定の病院（主に公立）でしか診断できなくなった。そして日本の8割を占める民間の病院やクリニックは風評被害を恐れ、診断に及び腰であり続けた。自民党の有力支持母体である医師会は、人々に自粛をひたすら呼びかけた。

「感染症の2類から5類に下げる」も含め、「元気な人々はマスクを外して働けばいい」といった呼びかけをする政治家がいても良かったのに、菅義偉すがよしひで前首相や岸田文雄首相も含め、主要政治家は絶対にこう言わなかった。コロナを怖がる人が多いため、支持率低下と来る解散総選挙・参議院選挙の結果が怖かったのである。2022年10月、コロナ騒動開始から2年9カ月が経ち、欧米が1年以上マスクを撤廃した後も「ルール作りを検討する」などと言う始末。10週間連続でマスク大国・日本が陽性者数世界一を記録したのに支持率低下を恐れ「マスクは意味ないので不要です」と言えないのだ。

そして各首長は「国に緊急事態宣言を出していただきたい。我々にその権限はない」と自らが長を務める都道府県の有権者の顔色を窺い、とにかく厳しく人の流れを制限しなく

ては自分のリーダーシップが疑問視される、と要求。

政府は「……またカネ払うのか……。もうねーぞ……。まあ、発出しときやバカ国民から叩かれないだろう」みたいな感覚で結局は世論と首長に押し切られる形で制限を発動させる。なんなのだ、この華麗なスループスの応酬は。

そんな中、日本よりも圧倒的に被害が大きかった国は、2021年初頭、ワクチン接種率の高さもあったが「もうしょうがねー!」とばかりに市民は自由を求めてデモ活動などで反対の声をあげた。マスクの着用をしないでもいい、という国も続々増えた。2021年夏段階で欧米各国はマスクを外した。しかし、日本は世界有数のブースター接種国になったものの2022年秋、まだマスクをし続け、4回目・5回目のワクチン接種を推奨した。さらには、生後6カ月から4歳までのワクチン接種も特例承認した。ワクチン生産国のアメリカ様がもう積極的ではなくなったり、欧州各国が若者・中年への接種をやめたにもかかわらず。

2021年5月、高橋洋一・内閣官房参与（当時）が日本の感染状況・被害状況について「さざ波」と表現したらネットでも各メディアからも猛烈に叩かれた。同氏は人口あたりの感染者数や死者の数を見たうえでこの表現をしたわけだが、「死者を目の前にしてそ

んなこと言えるか！」式の批判が殺到。「笑笑」という余計な一言も批判の対象になったが、「笑笑」の根拠が「さざ波」だったわけでこの言葉自体がコロナを恐れる多くの日本人にとっては許せなかったのだろう。

そんな中、日本よりも陽性者・死者ともに多いアメリカはマスクを外して日常に戻りつつあった（特に共和党知事の州）。その頃、ワクチン接種率が日本よりも高かったとはいえ、GDP（国内総生産）の2021年の前年比の伸び率は5月段階で大和総研は前年比+7・4%と予想した。米国商務省は、2021年第1四半期の実質GDP成長率の速報値は前期比年率6・4%と発表。あれだけの被害を受けた国が見事な復活を遂げたのである。

一方、その間、日本は連日テレビが「（陽性者数が）火曜日としては最多」「英国株は驚異」「インド株はヤバ過ぎます！」と「煽り芸」が武器の専門家とやらと呼ばび、コロナの怖さを伝え続けた。

バカと暇人が見る地上波テレビが作った空気を一気に蔓延させるのは日本人のお家芸。自粛要請に従い、何の根拠があるのかは分からないが、小池百合子・東京都知事は飲食店に酒類の提供自粛を要請する「禁酒令」を出すほか、20時での繁華街の消灯を要請。「灯



火管制か！」のツツコミをもとめず百合子は美術館や図書館の閉館を要請し、挙げ句の果てには「高級衣料品は生活必需品ではない」「会社は8時まで」などと言いつ出した！

この珍命令があったものだから、営業している店には批判が寄せられた。そして、もはや日本人にとっては「マスクはパンツ」（日本医科大学の北村義浩特任教授の名言）であるため、「マスク警察」も登場した。2020年以来、マスクをしていない人々を注意する行為のことなのだが、2021年5月14日、一つ仰天したツイートがあった。具体的な文言をコピペすることはないのだが、夏日になったこの日、JR東海の保線作業員が4人でノーマスクで「密」になっていることを批判したのだ。そして、4人の後ろ姿を写真で公開。さらに、その後JR東海に対し、この4人がノーマスクだったことを問い合わせたというのだ。

この件については、この人物を批判する意見が多数寄せられた。「なぜ、マスクをしていなかったことによりここまでされなくてはいけないのか」「作業着・ヘルメット姿でマスクだったら熱中症の可能性があるだろ」などだ。私も同感である。

もう、私はこのバカ騒動に耐え切れなくなった。なぜ、このことを書いているかといえば、本書は基本的には「もう耐えきれないものからは距離を置け！ 決別しろ！」という

ことを主張するからである。

一体何なんだ？ この監視社会は……。リアルでもネットでも監視のし合い。実にくだらない社会である。こうなったら自分が大切だと思うもの以外は一切捨ててもいい。結果的に「見知らぬ他人が多い場所にいるのは煩わしい」ということで東京を捨てたが、それで良かった。とりあえず、2020年以降、マスクの集団が向こうからやってくる東京にいるのは耐えられない。2021年2月以降、佐賀ではマスクなしで歩いているが、注意されたことはない。そもそも人がいない。

私のこの一連のまえがきに「こいつは非常識だ」と思える方は私とは合わない。立ち読みだったのであれば良かった。買ってしまった方は申し訳ない。それでは、ありとあらゆるものから決別することにより、幸せな人生を皆さまお送りくださいませ。

## 目次

まえがき

### 第1章

世界から離されてしまった悲しき老衰国・日本

15

ジャパン・アズ・ナンバーワンはどこに行った？／じつに日本的な納豆のジユレ状のタレ／ネットニュースの編集から外れて心底幸せだ／トレンドはコタツ記事／ネット記事のタイトルは左側が命／ロンブー田村淳のネット記事騒動／ニュースサイト時代の後半は燃え尽きていた／誘導したいだけの記事ではない記事／ネットニュースのゴールドラッシュは終わっている

### 第2章

マスクとの決別

41

マスクは思想になった／マスクをしない＝反社会勢力？／マスクで別れる人 恐怖の仲違いウイルス／仲がいい人間まで分断するコロナ／コロナで繋がる人々もいる／菅前首相の下手なプレゼンではあるが／関心とともに付き合う人間は変わり、「こんな面

3

があつたのか……」と人は去る／世界の潮流から取り残された日本的ガラパゴス思考／  
日本的配慮からの決別

### 第3章

ケチになり過ぎた惨めな日本人、  
コスパ・無料信仰との決別が必要

オー、日本は安いね！／ダイソーも日本の方が安い／日本買いがしやすい現状／ここ  
がヘンだよ日本人↓日本すごい！という変化／日本のコロナ対策が最悪とされるわ  
け／子供を残さないで良かった 自分の代での日本との決別／婚約者の自殺

### 第4章

日本のバカ空気と競争との決別

クソツタレの空気感／中学最初の間試験で競争社会スタート／「嫌いなもの・決別し  
たいもの」から離れる人生をいかにして得るか／この国をぶっ壊した暗黒の2021年  
7月／ネットから逃げられる人が本当の勝ち組／ネットでの「匿名」の弱さ／あなたの  
常識を超えたとんでもないヤツ／スマホで加速するネットへの中毒／スマホよさらば、  
ガラケーで不自由なし

## 第5章

人が1人いることにより  
人生が変わるということ

様々な出会いとある出会い／NEWSポストセブンの成功／「○○とつるんでいるから絶交だ！」小学生的価値観がまかり通るインターネット／「ろくでなし子ばよばよちーん騒動から考えるリベラルの狭量さ」とネットで頻発する決別／考えの合わない部分があつたら敵／コロナでもいかなく発揮された分断／さらばリベラル／「専門家」が突然の転向、さらば権威への信頼／親との決別

## 第6章

様々な決別 人間との決別  
または、日本が終わった3日間

学校との決別、そして人間との決別／会社・出世との決別／スマホはやっぱりいらない、本当にいらない／都会もいらない／日本との決別／決別するために意外と面倒くさい悶絶行為——引越し／日本が終わった3日間

あとがき

捨て去る技術 40代からのセミリタイア  
中川淳一郎・著

発行：集英社インターナショナル（発売：集英社）  
定価：1,023円（10%税込）  
発売日：2022年2月7日  
ISBN：978-4-7976-8116-1

ネット書店でのご予約・ご注文は [こちらにどうぞ！](#)