

職員！ルーエッセイ**おうちの時間**

介護支援センターなごみ 介護支援専門員 熊谷洋子

皆さん新型コロナ感染予防のための自粛お疲れ様です。
相談部所で働く私も自分なりに自粛をしていますが、人の考え方はいろいろ、自分には必要と思える事も他人にはそう思えない事が多々あります。
私は自分に厳しい人間ではなく、心のままに生きているタイプなので、「自粛なのに来てー！行ってー」と思っておられる方もいるかもしれません、私にとっては大変自粛している状況なのです。毎日誰かと挨拶をかわし、その日食べたい物を買ひ、わざわざ欲しい物を手に入れるためガソリンと時間を使う、それが当たり前でした。
しかし今は「それって、本当に必要？」と問いかける毎日・・・・・・・・・・。
そう、今はおうちの時間。外出モードになると「それって、必要？」と自問自答。でもそのおかげで無駄な外出が減り（本当に無駄かなー？）時間に余裕が。新緑の庭で猫と日光浴もでき、いつもより時間がゆっくり過ぎているようにさえ感じる。（医療の現場で働いている方や、コロナに感染して大変な思いをしている方には申し訳なく思いながらも）そして家もどンドン片付いている（どの家も同じらしい）。そんな生活に慣れると今日どうしてもなんて事はそう多くはないのだと気づく。

そんな私の自粛生活はというと、
☺の畑でカモミールを積みお茶で飲んだり
（安眠できるとか？私は良く寝れているが）
ローズマリーで軟膏作りに励んだり（シミ、しわが無くなるらしい？いろいろ試すが効果はない）



今日は「ぞうきんかけ」をする事に。
幼い頃雑巾かけは私の夏休みの仕事だった、雑巾のかかった廊下で昼寝をしていた。その廊下に雑巾をかけた。井戸水を流しっぱなしにし、玄関を開け放し、水音を聞きながらなんと贅沢な1日なんだろうと思った。かけ終わるところが満たされ優しい気持ちになれた。この騒がしい世の中で、こんな平和な時間を過ごせ、この自粛もまんざら嫌ではなくなりつつある。

ある人の話では、自分に起きるすべての出来事は必要だから起きるのだとか？
この自問自答の毎日はいつまで続くか解らないが、どうせなら前向きにお付き合いを。
皆さんのおうち時間はどんなですか？楽しんでますか☺

→次のエッセイはニコニコホーム 世話人 原田さんに繋がります。