



# SiEN

秋号

なぎレター返信ハガキの中から・・・(P2参照)



P4「マイブレッジャー」で紹介しているポール夏太郎さん。料理のほかに写真を撮るのも趣味とのこと。見慣れた土手沿いの風景ですが、流れる風と心地よい日差しが伝わってきそうです。

## 「コロナ禍で気づいたこと」

訪問看護ステーションリゆう 所長 佐藤かずみ

ウイズコロナの時代、少しずつ日常が戻りつつありますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。三密、ソーシャルディスタンス、オンライン、時差通勤、アマビエ：などなど、今年の流行語大賞の候補はたくさんありますね。長い自粛生活中、商業施設もお休みになり、通所施設も閉まり、お家で過ごす時間が増え、窮屈な思いといつまで続くのだろうと不安な気持ちを抱かれたかと思います。

訪問看護ステーションも、マスクの装着や、換気のご協力をいただき、細心の注意を払いながら訪問を続けています。事務所の中でも三密にならないように、なるべく在宅でできる仕事は在宅で行っていました。そんな状況でふと気づいたことがあります。「なかなか物足りない！」日頃なんとなくしていた雑談が、急に減ってしまい、なんとなくモヤツとするのです。昔、学生の頃、夕食作りで卵を割ると、黄身が二つ入っていたことを思い出しました。「すごい!! 珍しい!!」と、誰かとの感動を分かち合いたいと思いましたが、当時は一人暮らしで同居の家族はおらず、SNSもない時代、実家や友人に電話をかけるまでもないが、でもこの感動を誰かと共有したい!!と思うも叶わず一人暮らしの寂しさをひしひしと感じたのでした。

話は逸れましたが、日常での雑談は、さほど意味が無いように感じていましたが、とっても大事なんじゃないかと思いました。コロナ禍、人との接触を避け、密を避け、雑談がそぎ落とされてしまった結果、なんとなくモヤツとするのです。人と繋がることは、何も特別なことではなく、日常の雑談の中にもそれがあつるんじゃないかと改めて感じました。今では、事務所での換気やマスクや感染対策をした上で、健康増進の一助となる雑談(※ちゃんと仕事もしています)をしています。みなさんも、身近な人と健康的な雑談、しませんか？