



## 変わった日常

江部医院

江 部 佑 輔

2020年春、我々の日常が変わった。外出が規制され、マスクが必須アイテムになった。外食は時間が短縮され、テーブル上にはアクリル板の壁ができた。町の灯りが消えた。私の生活も変わった。あの忌まわしいあいつが日本にやってきてからは自宅とクリニックの往復の日々であった。止む無く出かける時も公共交通機関を使わなくなった。毎日3食、食事相手は家内だけであった。世の中「黙食」が求められていたが、会話に飢えていたのだと思う。日々の食卓の会話が結婚25年目にして日常になった。ただ、しばらく引きこもり生活は続いた。そんな生活を変えてくれたのはあのmRNA ワクチンであった。気持ちに少しゆとりができたし、何となくではあるがあいつの世界にも慣れた。2021年秋からは旅行に「Go to」を使って出かけるようになった。家内と二人だけの旅行なんてひさしぶりであった。それでも人との接点は減らしたいから、露天風呂付きの部屋を探した。しばらくは松之山など県内だけであったが、慣れてくると県境を跨いだ。2023年春にあいつはシハブキヤミ※同等の扱いに変わった。そのころから大浴場にも行くようになった。宿泊に行く時間がない時は日帰り温泉にも行った。温泉から帰ってくると、家で晩酌。元々ビール党であったが、家内との食事を楽しむためワインを嗜むようになった。N 酒店でワインの講釈を受け、ブドウの品種を覚え、ブルゴーニュワインの味を知った。それまで冷蔵庫管理であったワインをセラーで保管するようになった。自宅で過ごす時間が長かったためテレビを見る時間が増えた。一般の放送では満足できず、アマプラ、U-NEXT などを使い始めた。出会ったお気に入り番組も多々ある。「孤独のグルメ」「ソロ活女子のススメ」「晩酌の

流儀」「サ道」などテレ東ドラマは我が家では大ヒットした。ドラマから生活のヒントも得た。中でも「サ道」は私の生活を大きく変えた。前回書いた通りであるが、今の私の最大の趣味はサウナである。TV 番組で紹介されたホテルや入浴施設にも行った。情報番組で紹介された商品を頼むことも増えた。あたりのこともあるが、残念な時の方が多い。ワインも YouTube などのワイン番組で紹介されたものを Amazon で購入してみるが、これも博打みたいなもんではずれが多い。が、たまのあたりがあるから、結局まだこの博打は続けている。あいつが日本中に広がった当初は、オンラインで飲み会をやったが、結局あきた。だったら、家内と家で好きなドラマを見ながらワインを頂いているほうが楽しい。ただ、家飲みが増えるとともに、体重とγGTP と尿酸が上昇し、ある時心房細動も出たので、そこからは生活を少々改めた。あの日からもうすぐ6年経つが、なんとなく平和な日常を取り戻せたような気がする。ただ以前は週末＝ゴルフであったが、ここ数年で私の生活スタイルは大きく変わった。あいつのせいだと思うと少し癪だが、これも前向きにとらえたい。これからの人生、もしかしたらまた同じ経験をするかもしれない。でも、挫けないで耐えるべき時は耐えていれば、またいろんな出会いがあるはずである。そして、新しい自分スタイルを見つけることができると思う。かと言って、あいつの様なのが早々来てもらっても困るが。

※シハブキヤミ：平安時代の流行性感冒で、インフルエンザだったと考えられている

(長岡市医師会たより 令和7年12月号より)