

## 【休みの過ごし方】……青柳

ゴールデンウィークにサンフェ執筆です。みなさまお休みはどのように過ごされたのでしょうか？インターネットで検索していると、ゴールデンウィークの過ごし方ランキングがのってありました。「家で過ごす」がたくさんの票を得ておりましたが、休みを旅行などの家以外で過ごす方がこのような投票をするわけもないので、この結果になっても当然、と意見する方もおりました。

私の方は、というと毎年同じような休みの過ごし方で終わります。5月は繁忙期であるため、連休を休まず仕事にがんばっておられる方が大勢いることを励みにしながら、ゴールデンウィークを意識しないように心掛け仕事三昧(?)です。

ですが、今年は5月の連休を少しでも休みたい！という思いを目標に、わずかですが4月から仕事を前倒しで頑張ってみました。その成果なのか、いつもは免除してもらっていた叔父の家の田植えを手伝う時間を確保することが出来て、作戦成功とよるこぶのも束の間、常につかわない筋肉たちが時間差で痛みだし、ただいま筋肉痛です。

それに加え、休み中にやらなければならない雑用の合間に自宅の掃除、衣替え兼洋服の処分とこなすことが出来たのは収穫でありました。忙しいとまったく何もしないで5月は過ぎていきますが、いつも以上に頑張ったかもしれないと、変な充実感がありました。常日頃から、あれもしたいこれもしたい、という思いだけが溜まっていてなかなか解消されることなく過ごしていますが、少しでも問題が解決して気持ちスッキリしました。

暖かくなり身体を動かすにはとても良い季節です。体調を崩さない程度に自分の時間をつくる工夫について考え直すことにもなり、とてもよい休みとなりました。



## 【やるかやらないか】……鈴木

今月30日はごみゼロの日です。語呂合わせで、1993年に当時の厚生省が制定したごみ減量化推進週間の初日とされ、この日が制定されたとのことです。



ごみが、目の前の床に落ちていたら、誰もが拾った方がいいと思い、床が綺麗になったほうがいいことを誰もが知っていると思います。また、勉強しなさいと言っても、なかなか動かない子どももいますが、いっしょに勉強しようと言うと、動く子どもが増えるそうです。取り敢えず、親はそばにいて、好きな本でも読んでいけばいいのだそうです。ゴミや勉強の件も、親が子どもに向かって大きな声で命令しただけでは、なかなか改善されません。これが、もし親が率先して、床のゴミを拾うという事をやったら、子どもだって自然と実行すると思います。

知っているのと、実行しているの違いは、みんな知っているのです。要は「出来る出来ない」じゃなくて「やるかやらないか」の選択肢しかないのです。

最近、我が家でいつも出しているゴミステーションで、特にアパートに住んでいる方が可燃・不可燃・粗大の分別をせず、しかも決められた日を守らずゴミが散乱しているときがあります。たまにそこを通った時にそれに気が付き、面倒と思いながらも時々片づけをしています。

「私がやらなきゃ誰がやる」…濁点を付けないと、「私がやらなきゃ誰かやる」になってしまいます。そんな無責任なことは出来ませんよね。これからは、ごみでもなんでも見て見ぬふりをしないで率先してやりたいと思います。これこそが、「やるかやらないか」なのだと思います。

家では、妻の手伝いをたまにしかしないのですが、これからはいつも「やるかやらないか」を実践して妻の役に立てたらいいなーと思います。

## 【私のGW】……坂本

新緑のまぶしい季節となり、薄着で過ごせる日も増えてきました。残りの灯油をちびちびと使うように朝晩にファンヒーターを点けていたのですが、ここにきて必要とする日もなくなりました。ちょっとだけ灯油の入ったファンヒーターを、いつ片付けようかと思案中です。

さて、皆さんはゴールデンウィークをどのようにお過ごしでしたか。当初の天気予報よりおだやかな晴れの日が続き、過ごしやすい休みとなりました。私はといえば、特に遠出をする予定もなかったため、ちょっと長めのいつもの休日といった過ごし方でした。

家にいる時間も長く、お天気だったことも手伝い、家中の布物を洗濯したことが大きな成果でしょうか。布団カバー、シーツ、座布団カバーにはじまり、小さな敷物、棚にかけてある布、最後はカーテン一式。洗濯機回しまくりでした。休みのたびにシーツなどは洗濯しますが、なかなかカーテンまでは気が向きません。

カーテンは化繊でできているので、乾燥している冬の日などには静電気が激しく発生しています。



布団を干そうと窓際でモタモタしていると、カーテンが体にまとわりついてくるぐらいです。なので、ほこり、花粉がどれだけ吸い付けられているのでしょうか。そこまで考えが至り、いてもたってもいられず洗濯することとなります。毎日見て、毎日触っているものなのに、「カーテン洗いたい」と思いつくまでは、とても無頓着です。想像ではすごく汚れていますので、洗う時にはお湯で。洗剤も多め。そしてその汚れを確認せずにはいられません。洗濯機が回り、洗剤が浸透し始めると予想通りの水の色。単にずぼらで汚れがたまっているだけなのに、「洗濯のしがいがあった」とプラス思考で、洗濯槽を眺め

ながらニヤニヤしています。

一連の片づけで部屋の空気まで掃除できたようで、さっぱりしました。私にとってはとても充実したお休みとなりました。

## ◀ 映画チケットのお知らせ ▶

### 第10回宇都宮平和映画会

夕風の街

桜の国

- \* 日時：7月1日(土)
- \* 場所：とちぎ福祉プラザ(多目的ホール)
- \* 時間：①10:00～、②14:00～
- \* 一般前売券 1,000円  
(当日 1,300円)
- \* 15歳以下無料

## ホームページのご案内

当事務所のホームページです。ぜひアクセスして下さいね。ホームページはどこの検索サイトでも、「**所長一筆**」と入力すれば、簡単に見ることが出来ます。

(HP) <http://ishikawatax.com/>

(MAIL) [higenoishikawa@yahoo.co.jp](mailto:higenoishikawa@yahoo.co.jp)

