

## 「近所の音から考える社会とのつながり方」

I・Tさん

コロナ禍でステイホームが叫ばれる中、私は「音」に悩まされ続けていた。人一倍、繊細で敏感な性格である。普段と違う「音」がすると、すぐに気づき、反応してしまう。

去年の春、最初の緊急事態宣言下から、それはあった。

当初はそれらを努力して受け入れていた。

しかし長期にわたるコロナ禍で、リモートワークが推奨されだすと徐々に気になる音も増えていった。連日響くガラガラという引き戸のような音。定期的にドンドンと続く音。

昼も夜もステイホーム。いつもと違う音がある。

そして、とうとう私は限界に達してしまった。連日、夜遅くまで大きな物音が続き、眠れなくなってしまうのだ。

(中略)

今回私は騒音に対して張り紙をしてもらうことで、状況を収めることができた。(厳密には相手がいることなので、希望どおりというわけではないが) マンションでは音の出所がわからないことが多く、また近所づきあいもあまりないので直接伝えるということは困難だ。

音にとらわれて疲労している私だけど、本来やりたいことは別にあるはずだ。気になっても、怒りを抱いても、確認したくなくても、眠れなくても、その事実をありのままに受け入れて、少しでも自己実現のための行動へと変えていくことはできるはずだ。

\*散歩に出かけて、花を見に行きたい

\*体を鍛えて元気になりたい

\*一人旅にチャレンジしたい

\*カルチャースクールで習い事をしたい

\*人とのコミュニケーションを沢山とりたい

うまくいかないのが当たり前。理不尽さも絶望も必ずある。不安を感じ恐怖するのは人間である証拠。生きていくためにはその事実を受け入れる必要があるのだ。思えばここ数年、私の周りの環境がよく、病気というハンディキャップがあっても思うように行動しやすい状況であった。でも本当はそうじゃないと、コロナ禍での騒音で、再び気づかされた。

すぐにどうこうならなくて、しんどいなという毎日を送り、そこから逃げずにやりたいことをする。たぶん無理だけど、ダメならダメでそれもありのままなのである。

なびいメンバーの方からの寄稿です。

★ Iさんは、近隣の生活音の事で、管理会社と再三やり取りをして、ようやく「注意喚起」の張り紙をしてもらったそうです。ご近所付き合いや交渉をすることの難しさを感じたことから、社会とのつながりを考えることになり、ご自分を見直すきっかけとなっています。そして、ご自分の気持ちを整理するためにと文章にされたそうです。今回はその中から抜粋したものを載せさせていただきました。

(森園)