

## 大久保地区・地域だより

# No.95 さわやかあおくぼ

2020年9月30日発行 編集・発行 大久保地域センター管理運営委員会広報部 03-3209-3961



観音庵 新宿七丁目3-13 “早くマスクが取れますように”

2020年、春。  
新しい旅立ちに心躍らせ、希望に胸膨らむ頃。  
新入生や新社会人の晴れやかな姿、満開の桜を見に訪れる人々、  
それら全てがあつと言う間に街から姿を消してしまいました。



あ！また！心はざわざわ  
落ち着かない。鳴りやまぬ音  
大久保通り 明治通り 走る救急車の  
サイレン 只事ではない、  
外に出ない、じっと家で過ごす

## こんにちは どうぞよろしく



大久保特別出張所長  
市田 亮

皆さんこんにちは。この度、4月1日付けで大久保特別出張所長に着任した市田亮です。着任以来、4か月が経過しようとしていますが、大久保地域の皆様方に温かく迎え入れて頂き感謝申し上げます。

私は、平成13年に入区し、当初は高齢者福祉の仕事に従事し、その後は危機管理課に配属され、大久保管内の小中学校で実施する避難所防災訓練にも参加していました。その後、内閣府で国の行政改革の部署で働いた後、新宿区に戻ってからは財政や監査の仕事をさせて頂いておりました。年齢は44歳で、住まいは千葉県松戸市で1時間ほどかけて通勤しております。

大久保特別出張所長に着任し、これまで地域の皆様方が様々な課題を解決してきた長い歴史を肌身に感じ、深い感銘を受けています。また、暑い日も寒い日も、まちの清掃活動や防災・防犯活動をはじめ地域のお祭りなどを通して、地域の発展と親睦に長年ご尽力頂いた皆様方にこの場をお借りして改めて感謝申し上げます。

出張所長をいたしましても、皆様とお会いして話を伺うのが何よりも嬉しいです。地域を知ることから実践していきます。その上で、現場現実に即した課題解決やこれからの地域の展望を皆様と共に描き「住んで良かった」と感じていただける魅力ある住みよいまちづくりに職員一丸となって取り組んでまいります。

現在、新型コロナウイルスの影響により、人と人との交流の機会が減っているかと思いますが、こうした地域での交流は、少し大袈裟かもしれませんが暮らし方や生き方をも変えるものだと思っています。また、こうした状況にあるからこそ、できる範囲でお互い助け合う気持ちが重要ではないかと考えています。

最後になりますが、新型コロナウイルスの一日も早い終息を祈念するとともに、皆様方におかれましては、くれぐれも健康にご留意頂けますようお願い申し上げて、着任の挨拶とさせていただきます。今後とも地域の皆様方のご支援ご協力のほど、何卒よろしくお願い致します。

### 行事予定

※行事は変更になることがあります。

※手づくり味噌教室 令和2年11月25日(水)

※日本の音曲あれこれ 令和3年1月17日(日)

※親子パン教室 令和3年2月28日(日)

問い合わせ TEL 03(3209)3961  
大久保地域センター FAX 03(3209)3962

## 大久保地域センター事務局から報告



### コロナでセンターの景色も一変

ご利用、ありがとうございます

「こちらこそ、お世話になりました」

大久保地域センターで、いつも飛び交う明るい掛け声が消えてきました。

令和2年2月21日、新宿区の新型コロナウイルス感染症対策本部よりイベントの中止・延期の要請あり。地域の子ども達が楽しみにしていた『親子パン教室』を、やむなく開催中止に。あれよあれよという間に、センターを予約していた団体への利用自粛要請、フリースペースの利用中止、一斉受付の延期と再延期、会議室等の貸出中止、受付窓口の夜間業務休止。センターにとって重大事項の決定が次々と続き、とうとう中止や休止の期間が「新型コロナウイルスの収束が認められるまで」という無期限延長へ。

そして誰もいなくなった……。ミステリーではなく、現実の出来事。人の声が聞こえない。人の姿が見えない。地域住民のコミュニティ活動の場であるセンターにとって、あり得ない景色を、私たちは目の当たりにしていたのです。

その間、皆さんがステイホームで掃除や断捨離などに取り組んでいたのと同様、センターでも施設内の大掛かりな工事や清掃、物品のメンテナンス、書類の整備などに励んでおりました。

7月15日、利用できる人数や時間帯等に制限をかけての再開となりましたが、これからどうなっていくのかわかりません。

私たちにできるのは、感染予防に気を抜くことなく、明るい声が響き合うセンターの日常を大切に思っていきだけです。

〈事務局長 高田しのぶ〉

### ■編集後記

あたりまえの日常が失われたこの頃、早く以前の生活が戻ってきますようにと祈りつつ。



## 帰国した息子との奮闘記

一人気ままな自粛生活を送っていたところ、1月に仕事でアジアに行っていた息子から連絡が入ったのは5月18日のこと。20日に帰国する、それも自宅に直接帰るという。「えっこの時期に？」と大慌てで準備した。

まず息子の部屋の出入り口にビニールシートでカーテンを作り、トイレ、洗面所のマット、手ぬぐいを取り扱って、代りにアルコールスプレー、除菌シートを置いた。スリッパは安物を買って名前を書いておいた。

当日息子は昼頃到着、夕方と言っていたのにあまりの早さにびっくり、飛行機の搭乗者も少なかつたので、PCR検査も簡単に済んだという。幸い成田での検疫の結果が陰性であった。

息子が帰ってきて一番気を付けた場所は、トイレとお風呂である。トイレはに入る前に除菌シートで電気のスイッチ、ドアノブ、ウォッシュレットのボタン、ペーパーホルダー、便座を拭き、最後に床を拭いてから使用した。お風呂は私のあとに入ってきた。これらの場所や、床、壁、ドアなど毎日念入りに掃除した。このような私の様子を見て、息子はあまり部屋から出ず、お風呂も2日に1回位しか使用しなかった。

食事は、はじめ使い捨ての紙皿などを使用していたが、「俺をバイキン扱いしてる」と笑う息子が何故かかわいそうになった。(ゴメンネ) 台所用洗剤も殺菌効果があることを知り、最後に熱湯消毒を加えることにして通常の食器に替えた。テーブルは対角線に座り、あまりおしゃべりをしないようにというわびしい食生活を10日間続けたが、もう大丈夫息子は感染していない、と確信したので普通の生活に戻った。長い10日間だった。

(70代 女性)

## 新一年生の小さな葛藤

突然の一斉休校に、年長だった娘の幼稚園生活は突如終わり、最後の日は良くわからないままで泣きながら園舎から出ていきました。先生やお友達との突然の別れに数日間は戸惑いを隠せない様子で、幼稚園での思い出が詰まったアルバムを一人で夜、見ていることもありました。毎日、登園し友達と遊び、夕飯の買物に一緒に行く。春休みや夏休みには帰省して田舎で思い切り遊ぶ。そんな当たり前の日常が、いかに恵まれたことだったかということに、親も子どもも改めて気づきました。

ただ、子どもが生まれて6年、日々の予定に追われながら多忙な毎日を過ごしていた私は、一度、立ち止まる時間が持てたことで自分にとって、子どもにとって、本当に必要なもの、不必要的ものの整理ができた気がします。ただ親子とも運動不足という課題はありました。

期待に胸を膨らませていた我が家の新一年生は、4月になっても、5月になっても学校が始まらず、「私、本当に小学生になれるの？」と不安な顔を見せることもありました。家族や祖父母と一緒に過ごす時間が増えたことを喜んでおり、私自身も改めて皆に支えられていることを感謝しました。これからも遠出はできませんし用心しながらの生活になりますが、当たり前の日常に感謝しながら、一日一日を過ごしていきたいと思います。

(30代 女性)





### コロナ禍、チャレンジするパパ



緊急事態宣言が出された4月から2か月弱の間、息子の小学校も娘を預けている保育園も、休校、休園になりました。その間、思い出となったであろう学校や保育園の行事が中止となりました。親として仕方ないこととはいえ、一生に一度のイベントもあったので残念でなりませんでした。また、ずっと家にいて外出できず、自粛警察の目線もあり、近所の公園ですら出かけづらい状況が続いていて、外遊びが大好きな子ども達がとても可哀そうでした。

そんな我慢の状況が悔しくて、子ども達と普段やっていないコロナ禍でもできることにチャレンジしました。保育園の娘と初めて自転車で隣町までの長距離をサイクリング。疲れました。また、家庭内では苦手な料理を毎日のように子ども達とチャレンジしました。火傷しました。料理はやって良かったです。ジャンルも増え、子どもが大好きなキャラメルポップコーンはすぐに作れるようになりました。長男の小学校では、オンライン学習が始まることもあり、Zoomを使って親子や実家の祖父母とリモート会話を実現しました。収穫もありましたが、こんな状況は、二度と来てほしくありません。

最後に、夫婦間はこのコロナ禍中で自然にリモートできるほどの距離感になっていました。

(40代 男性)

### 背中を押されながら

私はリハビリ職員として、高齢者と関わる仕事をしています。職業柄、密を避けながら、消毒の徹底や外出の自粛等、細心の注意を払って過ごしています。しかし、自分が感染源となるという不安が拭えません。

職員だけではなく、高齢の方も同様で恐怖心による精神的なストレスを抱えたり、また日常化しているリハビリを休んでしまったりと、入居者全体に活動の制限が生じてしまっているのが現状です。

さらに面会制限により、人と人の交流によって得られる心の豊かさも奪われているように感じます。しかし中には「戦時中に比べれば何てことないわよ」と頼もししい方もいらっしゃいます。不安が拭えない毎日ですが、前向きな方々と接し、心が救われています。緊急事態宣言が解除されましたが、油断せず、頼もしい方々に背中を押されながら、この非日常を乗り切っていくこうと思います。

(20代 女性)

### 母を気遣う

完全自粛中の高齢の母への感染予防という気遣い、といつもと違う生活の中に今はある。テレワークのできない職種なので通常通り、職場へ出勤しているがただし1時間以上の自転車通勤である。

(50代 男性)

### テレワーク 一抹の不安

4月から在宅勤務になり、家から一歩も出ていない。買物もネットで、講習もオンラインで、一人でいることに苦痛を感じない人にとっては、この生活に慣れてしまつてこの方が良いとさえ思ってしまう。以前の生活に戻れないのではないか、と、私より母の方が心配している。(30代 女性)

### 子ども達の勉強 どうなってしまうの

2月に二人の子どもの小学校、幼稚園が休校、休園になった。学年末でもあり、特に小学生は次年度への準備や、今年度の学習の見落としあはないか、とても不安だった。給食もなく、7人分の食事を作るため買物の量も多くなつたが、無収入になり今後の予定も未知数である。

### 無収入の不安

地方で菓子教室を開いている。3月からの教室も決まり材料を注文したり会費も全額預かっていたので、收拾に悩んだ。帰省中にコロナに遭遇し、戻れなくなつてしまつたので何もできない。会費は返済しきれなかったが、無収入になり今後の予定も未知数である。

(50代 女性)

### 私のひとり言

大好きな本がたくさん読めて良かったけれど、図書館が閉まっていたのが不満です。こんなに長くお友達と会えなかつたのは本当に寂しかった。お母さんは、私がずっと家にいるのが鬱陶しかつたかもしれない



(10代 女性)

### 誰かの役に立てる喜び

自粛で家にずっといるので布マスクや袋物製作などをしていたが、日赤東京支部より「ビニールエプロンを作つてほしい」との依頼があった。私たち日赤奉仕団大久保支部では喜んで作業にかかり、2,500枚を作製した。喜んでいただけて、自分が何かの役に立てたことの喜びと充実感を改めて感じている。

(60代 女性)

### よく見えるようになった 家の中 心の中

普段、家でじっとしていることのない私は、出かけられないことで一体、どうなってしまうのか?

ところが一週間過ぎた頃から、家中見回すとやらなければいけないことが山ほどあることに気が付いた。

夫の手も借り、庭の手入れ、次は家の中等々。結婚して以来、こんなに長く二人で過ごしたことはない。一日も早く通常の生活に戻れるよう祈るばかりである。

(60代 女性)

### テレワーク 一抹の不安

4月から在宅勤務になり、家から一歩も出ていない。買物もネットで、講習もオンラインで、一人でいることに苦痛を感じない人にとっては、この生活に慣れてしまつてこの方が良いとさえ思ってしまう。以前の生活に戻れないのではないか、と、私より母の方が心配している。(30代 女性)

### 子ども達の勉強 どうなってしまうの

2月に二人の子どもの小学校、幼稚園が休校、休園になった。学年末でもあり、特に小学生は次年度への準備や、今年度の学習の見落としあはないか、とても不安だった。給食もなく、7人分の食事を作るため買物の量も多くなつたが、無収入になり今後の予定も未知数である。

(30代 女性)

### 逃げ場のない介護

高齢(98歳)の母を抱えている私にとって、まず私がコロナに感染して移してはいけないということ、そして人との接触を避けなければならないということで、週3回お願いしている介護ヘルパーさんを断つて、私が一人で面倒を見なければならないというプレッシャー。

外に出て、ストレスを解消したくても外出できず、孫にも会えず、いろいろ我慢することが多かった。

(70代 女性)

### 無事を祈りつつ

コロナを心配していたが、夫は外仕事なので通常通り仕事に行っている。でも夫が外からウイルスを持ち込まないように、夫の身が安全であるように、と願いながら私は家の拭き掃除を万全な思いで行い、明日に備えている。

(60代 女性)

### ステイホームは嫌じゃない! でもね・・・

水泳教室も休館で行けないので、楽しみは食事だけ。なるべく階段の上り下りなど体を動かしているが・・・太ってしまった。夫はかかりつけの病院に予約を入れ、ラッシュ時を避けて通っている。人出の少ないところを選んでウォーキングも始めたようだ。(60代 女性)

### 「ジシュク」も限界!

コロナで自粛している今、今までできなかった倉庫代わりになつてしまつた子ども達の部屋を片付けました。いわゆる断捨離のようなもの。

あと子育てで忙しく後回しになつていた写真の整理、たまっていたビデオを見た。でもずっと家にいるのは外出好きの私にはとても辛い。

早く旅行に行きたい。

(70代 女性)

### 在宅勤務の メリット、デメリット

通勤時間が削減され、そのストレス、疲労が少なくなった。在宅での効果的な仕事の進め方や段取りを見直すきっかけとなったのがメリットだと感じる。又、家庭では家族とのコミュニケーションが増えた。半面、仕事の進捗状況が見えず、職場、顧客とのコミュニケーションは家庭での、それと反比例。トラブルの回避に不都合が生じた例もあった。まだまだ、在宅勤務のための環境整備は不十分だと感じ、日本人の働き方改革は道半ばであることを思い知らされることとなつた数か月であった。

(40代 男性)

### 夫と過ごした楽しい日々

マスクを作つたり、古い着物を洋服に縫い直したりのミシン掛けをしている。いつもより料理に手をかけ、又、夫に昼食作りを仕込んだ。夫と二人で自転車で遠出したりして、夫婦の絆を深めた? (普段互いに忙しく疎遠気味なので)

(70代 女性)