

## コロナ禍で自分らしさを見失わないために

東海学院大学  
寺田 道夫

### 1 コロナウイルス襲来

一昨年の暮れに中国で蔓延し始めた新型コロナウイルスの感染は、瞬く間に全世界に広まった。この疾病は、嫌が上にも私の心と身体にも大きな影響を及ぼしたことは言うまでもない。あれから1年経った今も、毎朝、朝刊の全国都道府県別感染者数と地元の感染者数の欄に自然に目がいく。そのたびに、「ああ、昨日は私の県内や町内の感染者が少なくて良かった」とか、「県内で急に感染者数が増えたのは何故だろう。きっと新たなクラスターが発生したに違いない」等、ついつい思ってしまう。

もちろん、昨年2月末に新型コロナウイルス感染症の拡大防止を目的に政府が全国一斉に公布した“非常事態宣言”に対して当時はまるで狐につままれた感じがした。その後、感染者数が全国や県内は勿論、町内でも少しずつ増え始めて、漸くコロナ禍を身近なものとして受け止めるようになった。ただ、最近では、“コロナ禍”のニュースバリューは下降し、TVや新聞で取り上げられる頻度も激減してきており、当時のような不安や恐怖心は大幅に減った。

### 2 コロナ禍で私に起きたこと

ただ、コロナ禍で、私自身の行動や意識に大きな変化が生じた。例えば、昨年2月下旬までは、仕事や娯楽のためにごく普通に車や電車で外出していた。しかし、3月以降、これまで毎年開催されてきた学会や会議、研修会等は延期や中止となり、私の最大の楽しみである“飲みケーション”の機会すら一切奪われてしまった。確かにコロナ禍ではやむを得ないと頭で納得するものの、心と体にし

みついた習慣とは恐ろしいもので、自分の内から衝動的にモヤモヤしたものが時々意識に上ってくる。

### 3 マスク騒動の中で

新型コロナウイルスの感染予防を目的とした、“マスク着用”“3密回避”“ソーシャルディスタンス”“除菌”“パンデミック”等の用語が普及することで、得体の知れないものに出会わない。他の人に害を及ぼさないようにしようという意識が自然と身についてきた。確かにこのことは、対処方略としては効果的であると自分に言い聞かせている。

その一方で、昨年4月には、店頭からマスクが消えるという前例がない事態が起きた。この降って沸いたマスク騒動は、私に限らず人々を恐怖や不安に陥れたことは言うまでもない。店頭には「マスクは品切れになっております。入荷までしばらくお待ちください」といった丁寧な張り紙がどの店でも見られるようになった。その一方でネット上ではわずかな枚数に破格の値がつけられ取引されるという異常な現象が起きた。もちろん、自宅近くのドラッグストアやコンビニに毎日通っても結果は同じだった。そのうちに、「何故、マスクがないのだ?」「たかがマスク1枚がなぜ手に入らないのだ!」といった不満は、怒りに変わった。幸い、マスク騒動の最中、妻が手製の布マスクを10枚ほど準備してくれたお陰で、私にとってのマスク騒動は一応ケリがついた。

その後、皮肉なことに、政府の音頭取りで全国の各家庭に僅か2枚のマスクが配られることになっ

た。しかし、そのマスクが自宅に届いたのは2ヶ月を過ぎていた。「今更、〇〇〇マスクなんて不要」と思いつつ、国から賜ったマスクは、マスク専用棚の最下段に置いている。マスクに充てられた国家経費が400億円以上になることを知り、血税がこのような形で使われることに腹が立ったのは私一人ではないはずだ。その金があれば、多くの患者を一時的せよ収容可能な仮病棟をどれほど多く建てられたはずと当時は思った。

マスク着用は、確かに感染予防上のメリットはあると思う。しかし、外出時に必ずマスクを着用することで、酸欠のせいかわ、息苦しさを感じたり、急に意識が飛ぶように感じたりすることに気づいた。そのため、自室や車中では、マスクを外したり、大きく深呼吸をしたりするように努めている。

#### 4 “with コロナ”を可能にするために

私たちは今、「コロナ感染に怯えながら毎日を過ごすか?」「コロナと共存しながら生きるか?」の二者択一を迫られているように思う。昨年のコロナ禍の数か月間は、「嫌なものが来た」と思えば、益々、コロナに対する不安や嫌悪感が強まり、日常の行動だけでなく、心さえも支配されていたように思う。最近では、それとは反対に、「来た、来た、また来たね」というように、コロナ禍そのものを自分の内に受け入れてみるのも、日々を生きる支えになるかもしれないと考えるようになってきた。

コロナ禍で家庭内の生活にも大きな変化が生じた。泊を伴う外出や外食を控えることで、朝夕の食事は妻と二人でするようになった。朝ドラを見たり、新聞の今日の運勢欄をお互いに読んだり、地域のお年寄り(自分も含めて)の近況を話し合ったりする時間も増えた。確かに、就職してからずっと走り続けてきた人生の速度は一気に減速し、ゆるやかな毎日を過ごしているという実感がある。

“ZOOM”や“リモート”という私の頭脳では理解

不能だった用語も、今はずっと私の頭に入ることになった。県内や全国レベルの会議や研修会も、オンラインでの開催が当たり前になった。さらに、子どもや孫とオンラインでいつでも会うことができる。毎年恒例になっていた盆や正月の帰省は一切無しとなり、PCの画面上に映した墓や仏壇を前に、息子夫婦や孫たちと一緒に参ることができる。しかもそれぞれの家族が画面上で近況を報告したり、時にはお互いに質問したりするなど会話も弾む。確かに自宅にいても主要なことは事足りるし、時間的にも経費的にもこんな便利なことはない。コロナ禍でほぼ毎日TVで放映されている“リモート様式”が、今は自宅で簡単に取り入れることができる時代になったことに私自身驚いている。

#### 5 コロナ禍で産業革命が起きつつある

コロナ禍で私たちの意識や生活スタイルをいやがうえにも変えざるを得なくなってきた今、ふと“産業革命”という言葉が浮かぶ。18世紀末にイギリスで始まった産業革命、20世紀初頭前後と、今のコロナ禍における人々の生活様式の変革に伴う産業構造の急変は、第3次産業革命の到来をイメージさせる。感染拡大を防ぐために行動は制限され、人々の生活様式やあらゆる産業領域に対して過酷な試練と変革を迫ってきている。

この激動の時代は、今日、明日に終焉を迎えることはない。疾病の歴史が示唆するように数年、いや、数十年にも及ぶかもしれない。悲観的になればなるほど、私たちは灯りを消された出口が全く見えないトンネル内を走り続けるしか術はない。もちろん、この一年間でもトンネル内のはるか先に少し灯りが見えたが、それは幻に過ぎなかったこともしばしばあった。そんな毎日の繰り返しの中で、“私は今日も他の人たちと共に生きている”と実感できることは、私にとって多少なりとも心の安らぎになっているのかもしれない。