

四年の決意

服部 佳子

大きな声では言えませんが、主人が亡くなつてから、食に対する興味が失せてしまつた。持病のリウマチの悪化が進み、次々に余病を併発、食は生命維持の糧でしかなくなつた。そうなると、好きなもの、手を掛けないで食べられるものと、食事は次第に疎かに。これではいけないと感じながらも、リウマチの痛みには勝てなかつた。

そんな生活を拾数年、先の見えなかつた私か、素暗らしい医学の進歩に助けられ、ここ数年、驚く程元氣になつた。か、長い間の悪しき習慣は止められ、以前として度々リウマチのしるしもない。食事を続けていた。

それでも、毎月のリウマチ血液検査は、ホリホリの結果で、擦り抜けてきたが、歯の痛みという、思ひぬ伏兵が現れて、一年間悩まされた挙句、大事本一本を失う破目に。これこそ食生活を省みなかつた付けか？

猛省の後、一念發起、まずは無駄をなくそ
うとの、思い付きから冷蔵庫の整理にとり掛
った。まあ、正月に買い込んだ食材の多
いこと?! 今迄粗末に扱っていた野菜。便利さ
から買い込んだ冷凍食品。もったいないので
捨てるに何とか使い切ろう。その為には今迄
避けていた下料理番組からもヒントを得て、
端に食卓の皿数が増えた!! 久しく片かった
手料理の美味しさ、食べる楽しみが感じられ
るようになり、いつの間にか作る事が嬉しくな
へと変化していった。

長い間、台所に立つていたことさえ倦むら
なかつたのが、自由に動けるうれしさ。

今では、今晚は何を作ろうかと食材えらび
を楽しんでいる。

今年こそ、きちんと食事とり、栄養をと
り、元氣をとりたい。その上で、一つ願
いが通うなら、この無駄に重ねた年月を、と
り戻せたいな。こんな日々かいつ迄続くのか?
謎鶏 続を祈るのみである。