

# 祐天寺の



# から

東京・祐天寺駅にある「Self健康相談室」の  
カウンセラーが、日々のご相談を受けて感  
じたことをつぶやきます。

## Vol.5

60代男性カウンセラーより

## ブルーインパルスの祈り

コロナウイルスに対応されている医療従事者の方々に  
敬意・感謝を示すためのブルーインパルスによる編隊  
飛行には、航空機ファンならずとも多くの人々が魅了  
されましたね。

病院の屋上から空に向かって手を振り、「気分がすっ  
きりした」と言う医師や看護師の方の映像を見て、  
「ありがとう」のメッセージが少しでも届けられたよ  
うに感じました。

コロナウイルスによって、体だけでなく、心までもと  
げとげしいものにされてしまったように感じていた私  
でしたが、晴天の空に描かれた鮮やかな飛行機雲に、  
何とも言えない爽やかな気持ちにさせてもらいました。



## テレワーク時代の夫婦関係

テレワーク中心の方からのご相談で、「家族とのコミュニケーションが  
増えて仕事が進みません」は、なんだかほほえましいのですが、「夫婦  
で一日ずっといると息が詰まるんです」は笑えないですね。



ひょっとして、お互いに気どころの知れた関係と思っ  
ていませんか？

夫婦といっても別々の人間なので、伝わっていないこ  
とは山ほどあって当然なのかもしれませんね。もしも  
あなたに「こうしたい」「こうしてほしい」という気  
持ちがあれば、自分から素直にその気持ちを伝えてみ  
ましょう。照れくさいのは百も承知。今はとにかく何  
でも良いので「話す」ことがとても大切ですよ。