

9月初め、コロナ感染者が爆発的に増加し毎日、東京、愛知、そして孫のいる兵庫の数字に戦々恐々とし、パラリンピックどころではない。

老人クラブの行事も皆、中止となり悶々とした毎日でストレスが溜まる一方である。またホームページ「なごやかメイト編集方法」をプロの先生から教えてもらっているが、これが難しく既に2時間×3回の講義を受けたが全く理解できていない状態である。後、1回の講義で覚えることができるか不安でこれもストレスとなっている。取り合えず、パソコンで復習を始めることにした。

しかし、オークションで購入したパソコンの働きがどうも私には気に入らない。仕事がほんの少しだけだが遅いのである。せっかちな私は、それが我慢できない。「もっと早く働け！」とパソコンに次の命令を下す。パソコンが私の二つの命令に混乱し、考え込み動かない。「出来なければ切るぞ！」と強権を発動する。何回かは、パソコンも元の状態に戻ってくれたが、どうも遅いのは直らない。パソコンのオーナーである私のパワハラが続く。我慢できなくなったのか、とうとうパソコンがブルー画面となり、ストライキを起こした。今までは、この状態でも何とか仕事に復帰させてきたが、このパソコンは、とうとうパワハラに腹を立て全く動かなくなってしまった。私は、イライラし、ストレスが溜まり爆発寸前となった。

そんな時、「運転免許証更新に関わるお知らせ」が届き「認知機能検査」の日時と場所が記載されていた。こちらの都合も聞かず勝手な指定に腹が立った。

その日は、あいにく「高針ライオン会」というゴルフコンペの日であった。2台目のパソコンを使い、インターネットで日程の変更手続きをするが、うまくいかない。

この時がストレスのピークであった。イライラし、コールセンターにTEL。

直ぐにはつながらないと思っていたが、なんと、簡単につながり日程を変更できた。

ここから、気分が好転した。

ストレスを勝手に自分で作っていたことに気付いたのだ。

壊れたパソコンは、幸いにも「ホームページの先生」が格安で直し改良してくれることになった。スピードが速くなるSSDを搭載したパソコンは、せっかちな私でも満足いく「働きもの」へと変身していた。1か月以上続いたパソコンのストレスは解消した。



ゴルフコンペも好天でプレイできることを喜ぶこととし、
得てしてストレスとなるスコアは気にしないことにした。
お陰で楽しくプレイすることができた。



認知機能検査は、前回勉強し過ぎて混乱したため、項目だけ
その日の朝、覚えて行った。



「虫・動物・鳥・花・果物・野菜」の6個「家具・
電化製品・道具・文具・台所・楽器」の6個
「武器・身体・服・乗物」の4個。
この方法がベストのようだ。

100点でなくとも、合格すれば良いと考えれば
ストレスも発生しない。

会場は真新しくきれいになった平針運転免許試験場で、気分もよかった。
テストは40分間でストレスもなく済んだ。

「ホームページの編集」もまだ期間があることだし、勉強すれば何とかなるだろう。
コロナ感染者数は自分ではどうすることもできない。ということは、ただ祈って
さえいればそれでよいということだ。

幸い減ってきた。

10月には、「緊急事態宣言」も解除かも。
安心はできないが、ストレスにだけは
ならないようにしよう。

緊急事態宣言		
対象の都道府県	～9月30日	北海道、茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、静岡、岐阜、愛知、三重、滋賀、京都、大阪、兵庫、広島、福岡、沖縄
主要要請内容		
外出移動	・混雑した場所などへの外出半減を呼びかけ	
商業施設	・大規模商業施設に入場制限の要請	
飲食	・酒類などを提供する飲食店に休業要請 ・上記以外は夜8時までの時短要請	

気は持ちよう。前を向いて歩こう！完璧を求めない。ストレスフリー。

それでも必ず別の（次の）ストレスが発生する。それが、生きている証なのだ。

