

「瀬」とは川の浅い部分を指し、流れの速く急なところを意味するようで、年末の慌ただしさに囲まれる日々を例えるのには実にうまい表現です、とChatGPT君が評してくれているように、ニュース配信日の金曜でも、私自身含めての周りのバタバタ加減は、ある種日本の風物詩としてこの先も続いていくんだろうなあ、と思っています…嘘です。年末の掃除から現実逃避しているだけです。今年には現実のゴミ以外にもPCや会社のサーバー内に保管されっぱなしの不要データ等は掃除しないとね、と同僚に提案した手前サボることは許されない訳で、ちまちまと…ではありますが手を動かしています。掃除あるあるかもしれませんが、ある程度作業が進んでくると、行動に対しての成果が表れ始めて少しづつ楽しくなってはくるんですね。そのように思えるまで長い事が無精の原因でもありますが。

年末データ整理



それはさておき、皆さんは「年越しそば」って毎年食べていますか？私は毎年蕎麦（乾麺がベスト！）を購入し五目のかけそばを作ることが習慣化しています。地元に住いた頃、年末年始は祖父祖母の家に入り浸っており、そこでの年越しそばの具材が、鶏・大根・人参・ごぼうと仕上げに上からすりおろしの山芋とうずら卵を乗せる、といった具合で食べ応え満点なんですよね。普段家で蕎麦をつくることなんて滅多にありませんが、食べないと何となく年越しを向かえる気分にならないという…不思議なものです、長年続いた習慣というのは色んな影響があるものですね。

自分の今年を振り返ると、1月のコロナ発症から始まり12月をプチ喘息で終える、なんとも病に縁のある年となってしまいました（他の月は元気でしたけどね！）、そのおかげか心身共に体調管理に気を配るようになりました。職場ではまだ若造の年代ですが健康あつての日々の仕事だなと改めて痛感しています。2025年は、もう少し運動量を増やしていけるよう計画中です…。それでは皆さま、良いお年を！

