

「手帳」

ここ数年、手帳を持ち歩くようにしています。今年も年始に新しいものを購入し、使用しています。日頃大した用事もないので、以前は薄くて小さなものを使用していました。ところが、近年は少し厚いものになり、今年はさらに少し大きなものへと変化しました。

なぜか？それは「書いておかないと忘れてしまう」からです。手帳を見て、「忘れていた！」と思い出すことは今や日常茶飯事です。昔はそんなことはありませんでした。不本意ではありませんが、記憶力が低下していることは認めざるを得ません。

一方で、「書いておかななくては」と思う事柄が増えたのも事実です。忘れてはいけないこと、数か月先にやるべきこと、作業の手順とかかる時間、それらを手帳に書き記すことで、自分のすべきことを整理できているのを実感します。今年は介護保険制度の改正が予定されています。これから、ますます書き込む内容が増えそうです。

手元のちょっと大きな手帳を眺めながら、
良くも悪くも年齢を重ねた自分を日々実感
しているのです。(2018年2月)

