

# 応援、母ちゃん！

## ～ 自宅待機の 7 日間 ～

### 8

たまむら ふみ

玉村 文



### はじめに

2022 年も新型コロナウイルス感染症の話題が尽きません。しかもひたひたと身近に迫ってきています。今回は、長男が濃厚接触者となり自宅待機となった 7 日間のことを書いています。

新型コロナウイルスによる休園等の状況（厚生労働省令和 4 年 2 月 3 日付）による

と、全面休園している保育所等がある都道府県の数 43、全面休園している保育所等の数は 777 ヶ所に登ります。休園にはならなくても学級閉鎖となったり、登園自粛を要請されて自宅保育をしている家庭もあります。

わたしの住んでいる地域全域で、保育園も幼稚園もともに休園したり、学級閉鎖になっていた時期にあたる、2022 年 1 月 27 日（木）の夜 21 時過ぎに、保育所から電話

がかかってきてきました。保育所から、長男が濃厚接触者にあたり 10 日間の自宅待機をするように伝えられました。何度も謝罪される話しぶりから、保育所の職員で陽性者が出たのだと察しました。マスクをしていない 2 歳児達、同じ学年の子ども達はみんな濃厚接触者になり、自宅待機をすることになりました。

当初は 10 日間の自宅待機をするよう要請されましたが、1 月 31 日（月）には「陰性であれば自宅待機は 7 日間に短縮される」という政府方針を受けて期間が変更されました。長男は 1 月 31 日（月）に PCR 検査を受け、2 月 2 日（火）に保育所から「陰性でした」という報告の連絡が入りました。そして、2 月 4 日（金）から保育園への登園が許可されました。

## 自宅待機中の過ごし方

自宅待機中は、不要不急の外出自粛のため、必要最低限の買い物や散歩以外は自宅の中で過ごすことになりました。当初は、2 歳児と 0 歳児の 2 人の子どもと家の中でどう過ごせるのか悩みました。どちらかの欲求を優先するともうひとりに弊害が起こってしまうこともあります。下の子が眠たいタイミングでは、上の子には静かに動画を見てもらうなど、2 人の生活リズムを考えた場のコントロールが求められました。

家族 4 人分の食事を毎日 3 食、用意し続ける必要もありました。上の子と一緒に遊びながらも、「次の食事にはあれを出して、昼寝中にはこれを作って」などと献立を考

え続けていました。さらに、必要最低限しか買い出しにも行けないため、家にあるもので調理をするしかありません。買い出しには見通しや計算が必要でいつも以上に頭を使いました。

献立を考えて作り続けることは大変でしたが、その時間を遊びの時間に変化させることにも挑戦しました。上の子と一緒に料理をするのです。といっても 2 歳児なので難しいことはできませんし、何をしているのか本人の理解の及ぶ範囲で取り組むことにしました。いくつか簡単な料理のお手伝いをしてもらいました。その中でも印象的だったのは、眠る前にするお話（素話というそうです）で「桃太郎」のお話の中に出てくるきびだんご作りです。お団子を丸めて茹でることを体験してもらいました。「桃太郎」のお話とリンクしたようで、その後の「桃太郎」のお話の際には、きびだんごの作り方を語るようになりました。

自宅待機では、同居家族以外と直接会えません。しかし、ビデオ通話などを通じて交流を保つことはできます。子どもの祖父母やいとこなど離れて暮らす親族に積極的にビデオ通話をしていました。ちょうど同じタイミングで、祖父母やいとこも自宅待機になり同じような状況だったため、時間を選ばずおしゃべりができました。

自宅待機を経験した 7 日間は、書き出してみるとほとんど「普通の日常」です。少しだけ時間にゆとりがあるからこそできることをしたくらいで、特別なことはありませんでした。ですが、保健所からの要請で自宅待機をしたからこそ、自己選択のものではないからこそ、普通の日常生活を送りながらもその意味づけは日常とは異なり、

また気づいたことがありました。

## 自宅待機をして気づいたこと

### ① まるで炊婦のような 7 日間

在宅で仕事をしていた夫の分も含めて家族 4 人分の食事を考えて作り続けること、それ自体がハードでした。しかも気軽に買い物に出られないため、家にあるものでやりくりしなければなりません。頭の中は常に次の食事のことを考えていました。給食が出る保育所にはとても救われていることを改めて感じます。

### ② オンラインツールで密室育児に風穴を

同居家族以外と話ができることは、子どもにとってもわたしにとっても気分転換になりました。コロナ禍で普及したオンラインツールは、自宅から出にくい状況でも家族以外とかかわりがもてる重要なツールです。同じく自宅待機をして時間を持て余していた遠方に住む祖父母と毎日のようにビデオ通話をしました。暇つぶしというだけでなく、長時間オンラインでつないでおくことで普段の子どもの様子を見せることもでき、成長を感じてもらえる貴重な時間になりました。

### ③ 子どもの成長に驚く

これまで平日の日中を保育園で過ごしていた 2 歳の長男と一週間ずっと一緒にいることで、その成長に驚くことがありました。

ちょうど「いやいや期」にあたり何かと自分の思いを表現してくるのですが、ある時、あまりに「いやいや」と言うので、「いやいやはお母さんのセリフ」と言うと「オレのセリフ!」と返されたことがありました。普段は自分の名前に「ちゃん」をつけて呼んでいるのに、この時は怒っていることを示すために「オレ」と使い分けていました。それに気づいて思わず笑ってしまいました。また、以前は危なっかしくて一緒に料理をするなんてできないと思いこんでいましたが、熱い鍋に触らないように白玉団子を茹でることができるようになっていました。認知面でも行動面でも、子どもの成長を感じられた期間でもありました。

### ④ 夫との交渉で感じたこと

自宅待機が決まった日に、夫とどのように分担して過ごすのか相談を持ちかけました。10 日間もわたし一人で子ども 2 人をみながら家事をすることへの負担感や、下の子の通院の予定が入っていることもあって、物理的にもワンオペ育児ができない日があったためです。夫との話し合いの最中に、「奥さん、育休中でしょ（だから仕事を休む必要はないでしょ）と上司に思われる」、「こんなに仕事を休んだらもう正社員じゃいられなくなるかもしれない」と訴えてきました。わたしは「世の中の働く母親達はそう思いながらもしぶとく働き続けてきたんだ」と思いました。そして、これまでの働く母親達が仕事を休むことで感じる負い目みたいなものを、父親もまた感じる時代に入ってきているのだなと思いました。もちろん、育休中でなければ、より分担を意

識した交渉をしたと思います。結果的に有給休暇を1日取得してもらい、下の子の通院をクリアできました。

### ⑤ 自宅待機をオープンにするのか

PCR 検査の陰性結果が出るまで、定期的によりとりしているママ友との交流をストップしていました。他の病気の時、特にこの冬に流行った下痢嘔吐を伴う胃腸風邪や手足口病などは、ママ友と積極的に情報交換をして、流行りの病気を把握していたのに今回は違います。この新型コロナウイルス感染症では、積極的に発信できない心理が働きました。自宅待機が終わってからママ友と連絡を取り合いましたが、休園を経験したママ友も同じようなことを感じていたことを知りました。もしも陽性であった場合の周囲の目が怖かったことと、万が一外出しているところに遭遇してしまうと自粛していないと思われるのではないかという「自粛警察」からの批判的な目が怖かったからです。

一方、情報をオープンにされているママ友もいました。子どもの同級生のAくんのママはバレエ教室を運営しています。ここでは、子どもが濃厚接触者になったことを生徒さん向けに伝えられ、バレエ教室は閉校されました。「なにかあった時の信用問題になるから」と。自宅とは別に借りている一軒家のスタジオは、閉校したあとAくん家族の気分転換のスペースとなったようです。Aくんのパパはスタジオでリモートワークをし、Aくんは走り回って運動していました。

自宅以外のスペースは、同居家族の密室

性が少し緩められる場になっているように思えます。そんな条件が揃うことはなかなかないのですが、自宅以外に行ける場所がない今回の自宅待機では、貸しスペースの必要性を感じました。

### さいごに

2022年の幕開けとともに7日間の「自宅待機」を経験しました。その中で気づいたことは、子育て中は特に他者の手が必要で、家族だけで密室に閉じこもることへのリスクでした。もちろん、オンラインの中での交流はできて、それが気分転換にもなり救われた面もありましたし、子どもの成長を感じられる期間でもありました。しかし、食事や遊びの面で物理的に他者の手が必要だと改めて感じられた日々でした。

この経験を記録として残しておきたいと思ってマガジンの原稿に書き始めたものの、なんだか筆が進みませんでした。なぜだろうと考えてみたところ、自宅待機では特別な何かをしたわけではなく、子どもとたんと生活を営む、代わり映えのない日常を送った7日間だったからです。一方で、自己選択での自宅待機ではないからこそ、日常生活とはまた違う感情や気付きがありました。前号までのように書きたいことを書いて執筆を楽しむのではなく、記録を残すことを目的に書きました。そうすることで、日々に埋もれてしまいそうな非日常であり日常を特別な体験として意味づけようと試みました。