書いてみよう

年　組　名前

これまでの生活を振り返ってみると、人や動物、出来事などとの「楽しかった日々」が、きっとあると思います。あなたは、自分の中での「楽しかった日々」として、どんなことを思い出しますか。下の条件に合わせて書きましょう。

コラム「北斗星」

喪失感

飼い猫が先日死んだ。東京に住んでいた時、近所の公園で産み落とされていたのを拾って19年。ここ数年は病気がちで寝ていることが多かった。覚悟はしていたが、心に穴があいたような喪失感に戸惑っている。

いわゆる「ペットロス」なのだろう。欧米では1980年代、日本でも90年代後半から知られるようになった言葉だ。人によっては強い悲嘆により不眠や摂食障害などの症状を起こすこともあるという。

かつて犬猫は番犬にしたりネズミを捕らせたりと、使役動物の性格が強かった。今は愛玩動物として飼う人が多く、別れの際に悲しみを深めてしまう人が増えた。17年間飼った猫「まる」と2020年12月に死別した解剖学者の養老孟司さんは、著書「まる　ありがとう」でそう指摘する。

養老さん自身、別れから1年経ても、まるを探す癖が抜けなかったという。喪失感はとても言葉で表すことができないとつづっている。

国内で飼育されている犬猫は推計約1600万匹。それだけペットロス予備群がいるともいえる。高齢の飼い主はペットへの愛着が強い傾向にあり、自身の体力の低下が重なると重症化しやすいというから注意が必要だ。

専門家によると、重症化を防ぐにはペットが元気なうちから心構えをして、別れが訪れたら悲しみを思い切り表に出し、楽しかった日々を振り返るといいそうだ。寂しさは、幸せな時を共に過ごした証しでもある。そう考えるだけでも、気持ちが軽くなる気がする。

※【喪失感】大切なものを失った時のむなしい気持ち。
※【悲嘆】悲しみ、嘆くこと。
※【摂食障害】必要な量の食事を食べられないなど、食べることに関係する病気。
※【愛玩動物】身近に置いてかわいがることを目的に飼育される動物。ペット。

〈秋田魁新報2025年3月29日付より。記事は手直ししています〉

条件

- 具体的な思い出を入れて書くこと。
- 百字以上、百二十字以内にまとめて書くこと。
- ◆の印から書き始め、改行をしないで続けて書くこと。

題名

◆

100字

120字

出題・監修：佐藤克己（元小学校長）