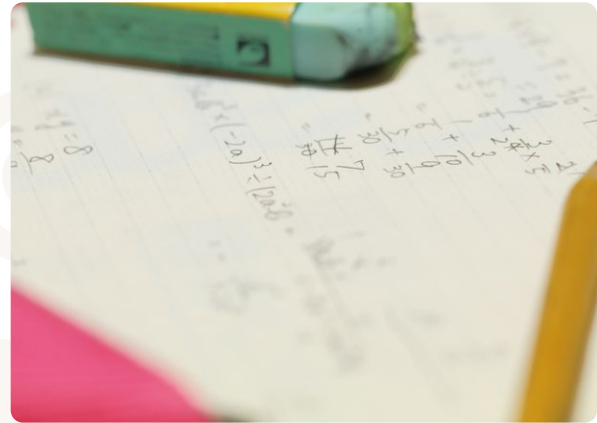




★ 苦手なことにもう一度チャレンジ

私は算数や数学が苦手で、とくに高校三年間は数学に悩まされました。それが、ずっとコンプレックスでもあり「数学は嫌い」「私にはセンスがない」「面白くない」と思っていました。

高校生になったこどもが、数学と戦っている(?)姿を見て勝手に共感した私は、「お母さんも、数学苦手なんだよね。因数分解でつまづいちゃってさあ〜。」と声をかけました。それに対しこどもは「ふ〜ん。そうなんだ。」と言ったきり。黙々と問題を解いています。現役高校生



にとっては、教えてくれるならともかく、私のできなかつた思い出話を聞かされたところで何の役にも立たない、慰めにもならないということのようです。その通りですよ。

今ならこどもに教えてもらえるし、脳の老化防止になるかもしれないと思った私は、改めて高校数学の基礎を勉強しなおすことにしました。定期テストや受験を控えているわけではないので、精神的プレッシャーもなく取り組みます。

教科書の例題を解いて、そのあとの練習問題に着手します。高校生のときは「ひらめき」を感じることがなかったのですが、しばらく考えているといい考えが浮かぶことがあり、楽しくなってきました。答え合わせをしてケアレスミスがあるとがっかりですが、思考過程は間違っていないぞと自分をほめたりしています。

ずっと苦手だと思っていたことや私には向いていない、才能がないと思い込んでいたことも、改めてチャレンジしてみると意外と楽しくできることに気がつきました。そして、自分にちょっぴり自信がもてます。

今は理解できなくても、30年後、40年後になって面白さがわかることもあるのだと実感しました。

★ 使いかけのドレッシングやポン酢を使って

サラダにかけて食べるのに飽きてしまった市販のドレッシングを、お肉やお魚料理の味付けに使ってみたらおいしくいただけました。ゆでたり、炒めたお肉にも合いますし、ソテーしたり、蒸した魚介類にかけてもおいしいです。

我が家では、ポン酢も冷蔵庫に残ってしまいがちです。どうやって使いきろうかと考えた結果、即席の浅漬けに利用しました。ざく切りにした野菜とポン酢、塩昆布をポリ袋に入れ、ポリ袋の口を閉じて袋をもむようにします。冷蔵庫で30分ほどおくと味がなじみます。減塩にもなるかな？

