プライベートな場である「おうち」では、
しばしばローカルなルールや手つづきが生まれます。

たとえば、
「ここはこの人のスペースだから声をかけてから入ろう」とか、
「犬のえさはその時にあげられる人があげる」とか、
「カレーを作るときはこの具材を先に入れる」などです。

それらはプライベートな場の外から見ると、よく分からなかったり、
なくても良いものに見えたり、そもそも外からは見えなかったりすることも
あるでしょう。

だからといって、その決まりはないものにはならないし、
やはり、外のルールとは少し違うものです。

だから、「うち」のルールが「そと」に迷い出たり、
「そと」のルールが「うち」を圧迫したり、
だれかの「うち」のルールが他のだれかの「うち」を侵してしまったりしたら、
そこにいる人たちは、居心地の悪さを感じてしまうかもしれません。

そんな時、わたし達はどんな態度で、どのようにして、
居心地の悪さと向き合えばいいのでしょうか。

それぞれのルールをひとつひとつ丁寧に見極めることは、
とても大事なことなのではないかなと、わたし達は思います。

森菫　寺本遥　清水花菜　宇野湧

おうちのレシピ

材料

・住居

・住人：適量

・住みつづける意志

やり方

・住居を用意し、自由なタイミングで引っ越す。

・それぞれの暮らしぶりを知る。

・不都合があれば折り合いをつけるよう努める。

取り置きのレシピ

材料

・食事の際にその場にいない人

・料理

やり方

・料理を、まだ食べていない人のために残して置く。

食器のレシピ

材料

・頓着することを問題にしない態度

・頓着しないことを問題にしない態度

やり方

・洗った食器が乾燥したら、棚の中の置きたい場所に食器を置く。

・使用する時は、使用適性と気分により適当な食器を選ぶ。

リビングのレシピ

材料

・家の中の、余裕があってひらけた場所

・寛容さ

・節度

やり方

・家の中の、余裕があってひらけた場所をリビングと定める。

・必要な共有物を適宜、配する。

・私的なことがらを持ち込む際には節度を守り、他の人が持ち込む場合には寛容さを持つ。

スピカの散歩のレシピ

材料

・元気：いっぱい

やり方

・飼い主に散歩の意思があることを確認したら、即座に玄関に待機する。

・その日の気になる方角に向かう。（猫を見つけたら追いかける）

・道中でトイレを済ませる。

・気に入った石があれば拾う。石を見つけたら帰路につく。
気に入らなければ途中で捨てる。食べたい草があれば、石を
一旦置いて食べる。

・帰宅すると、飼い主が濡れタオルで足を拭いてくるので、終わるのを
待ち、家にあがる。

・適当な場所に石を置いたら、台所に待機する。

・置かれたごはんを食べ終えたら、みんながいるところへ向かう。

スピカのお留守番のレシピ

材料

・探究心：いっぱい

やり方

・家人が全員外出したことを確認する。

・最近気になっているごみ箱を探索する。食べ物があれば食べ、ティッシュがあれば満足するまで引き裂く。

・みんなが帰って来たら玄関で出迎える。

洗濯のレシピ

材料

・洗濯物
◎　・洗剤
・風呂の残り湯：たらい６杯分程度

・晴れ：乾くまで
・余裕①：風呂の残り湯を運んで洗濯機を回せるくらい

・前の洗濯物が取り込まれている状況
・余裕②：洗濯物を干せるくらい

・余裕③：洗濯物を取り込んで畳んだのち、分配できるくらい

やり方

・余裕①のある人が、洗濯機に◎を入れ、まわして40分待つ。

・余裕②のある人が、ハンガーと物干し竿に洗濯物を干す。

・余裕③のある人が、洗濯物を取り込んで畳んだのち、分配する。

配慮のレシピ

材料

・ルール

・想定力

やり方

・個人のルールを人に伝える。言わないとわからないかもしれないルールは、無駄な衝突を避けるために、あらかじめ伝えることが望ましい。

・個人のルールと接した人は、以後、他のルールを想定し、配慮する。

・それでも不都合が生じる場合、話し合いの時間をつくる。

配慮のレシピ

材料

A：過ぎた楽しみ方が引き起こす他者への無配慮

B：その無配慮が生む不快な気持ち

やり方

・Aによって誰かがBを感じたとき、話し合いをする。

・Aを招いた人は、しっかりと対話し、配慮を忘れないようにつとめる。

・Bを感じた人は、Aを招いた人の努力を理解する。

馴染みのレシピ

材料

・時間

手順：実家

・家の者に、生活の場を変える旨を伝える。

・家の者は承知する。

・自分は実家を出て、借家先で生活する。

手順：借家

・生活はするが、完全に馴染み・住まうに至るまで、とても時間がかかることを同居人に伝える。

・同居人はその旨を理解し、待つ。

距離感のレシピ

材料

・サイン

やり方

・ 過干渉を避けるため、不在に自分の意思があるという情報だけを、
　適切なサインを用いて伝える。

・サインを見た人は、相手の意思を認知し、それ以上は干渉しない。

折り合いのレシピ

材料

・それぞれの主張

やり方

・それぞれの主張の間に不都合が生じる。

・それぞれが自分の主張・意思を言葉にして伝え、みんなが共有し理解する。

・その主張に納得・譲歩できる場合、その意見を尊重する。

・互いに譲れないときは、両者の妥協点を探す。