

はじめに

私は長年ブログを書いているのですが、2024年8月中旬ごろ、ブログのメッセージを通して「自分らしく生きる」をテーマに本を出版したい方を探しています、とすごく丁寧なメッセージをGalaxyBooksの編集部の方からいただきました。

私のブログは15年間続けていますが観覧者数は少ない、自分の日記代わりの自己満足のブログです。初めは『私？ 何かの間違いちゃうのん？ 私には絶対に無理やわ』と思ってお断りするつもりでした。

はじめまして。私は40代前半、2010年に結婚を機にアメリカへ引っ越してきた、北カリフォルニア州在住のKokoroです。

私のブログと同様に主に本に登場するのは、私の旦那さんで香港生まれ、サンフランシスコ育ちで日本語は話せない中華系アメリカ人の安達さん（安達と書いた中国語読みが名前なのです。日本人の苗字みたいで安達さんと呼ぶのが気に入っています）。そしてアメリカ生まれの2人の息子、10歳のジョジョと、もうすぐ8歳のレンレンがいます。

私は遺伝性の脊髄小脳変性症という難病を病院で診断されてから、8年になります。病気のことはいくらもう少し詳しく説明しようと思いますが、緩やかに進行しています。今の症状は一人で普通には歩けない、家の外では歩行器でゆっくり、家の中はまだ歩行器は使っていませんが壁を伝い歩きするなど、フラフラ歩いています。

他の症状は、とにかく身体が疲れやすいのと複視、うまく指も動かせなくなってきたり字は上手に書けません。言語障害で舌が回らず速く正確に話せない、などがあります。

日常生活を送るだけで精いっぱいな私。家事も健康だったころより、2倍も3倍も時間がかかります。なので自分が本を書けるなんて到底思えませんでした。とりあえずウェブ会議でお話をしたときに、自分が不安に思っていることをすべて伝えました。すると「Kokoさんのペースで大丈夫ですし、全力でサポートします！」と力強い言葉をかけていただきました。私が不安に思っていたことを、すべてわかりやすく説明し解消してくれ、とても前向きな気持ちになりました。

できないことも増えてきて、先のことや将来のことを考えたり、目標を持つことや何かに挑戦したりすることも怖くなってきた私。そんな私に『本を書きたい！私の生きてきた人生を本に残したい！』と新たな目標ができました。

ブログを始めるときに私の名前から、母が考えてくれた【心任せに心ゆくまで】というお気に入りの
ブログタイトル。そのタイトルどおり、自分の心に身を任せ心ゆくまで自分の人生を謳歌し、自分も楽
しみながら私らしい生き方をここに残していければ！ と今は楽しみに書いています。