

chill out

～ゆっくりする、リラックスする～

日常生活が徐々に戻ってきつつありますが、国や地域によって状況は異なります。仕事関係のやり取りが中心の仲間とも、家族は大丈夫か、プライベートはどのように過ごしているのかといった質問をし合うようになりました。相手を思いやる一言を聞くと嬉しいものですね。

I was **chilling out** at home, drawing our garden in watercolor.

家でゆっくりして、庭の水彩画を描いていました。

chill out は「ゆっくりする、リラックスする」。How was your weekend? と聞かれたときに使えそうですね。イライラ・ピリピリせず、ごろごろ、まったり、という感じです。

chill out and relax, chill out and unwind のように relax や unwind (くつろぐ) と一緒に用いることもできます。

I want to **chill out** with my friends when social restrictions are eased.

社会的制限が緩和されたら、友達と出かけてゆっくりおしゃべりしたいです。

この chill out は「(友達などと)遊ぶ」という意味で使われています。遊ぶといっても、クラブで踊りまくるようなアクティブな遊び方でなく、食事やお茶をしながらゆっくり話をするという含みがあります。

ease は「緩和する、和らげる」。ease congestion は「渋滞を緩和する」、ease the pain なら「痛みを和らげる」。

The outstanding issue should sort itself out, so let's **chill out** a bit.

その未解決の問題は自ずと必ず片付くはずですから、少し落ち着きましょう。

「落ち着く」という chill out の用法です。chill はもともと「冷やす」という意味ですから、頭を冷やすといった感じでしょうか。Just chill out! (まずは落ち着け!) という心の叫びが聞こえてきそうです。

sort out は「片づける、解決する」なので、sort itself out であれば「おのずと片づく、自然に解決する」となります。

Outstanding には「突出した、ずば抜けた」のほかに「未解決の」という意味もあります。金融取引で outstanding balance/amount といえば、ローンや口座の「残高」のことです。

単語・熟語チェック

social restrictions 社会的制限

ease 緩和する

sort oneself out 自ずと片づく

outstanding 未解決の