

SELF HELP GROUP

Wendy²¹

ウエンディ21は障害のある人の社会参加を支援するグループです。



平成31年4月号 土筆

@緑ヶ丘中学校下

2019年4月 VOL.128

タイトル 何曜日？



タイトル 懸賞



二・ここは、本当に病院か？

それから、三年の時が流れた。太郎はこの夏、映画館で上映される、「千と千尋の神隠し」を楽しみにしていた。そして母が持つて来てくれた、「千尋と不思議な町」という本を広げ、誰もいない夜の中華料理店で動く人影や、湯屋で働く千尋の前に次々と現れる日本の神々を見て、なおさら見たい思いを募らせた。——けれど、あまり、楽しみにし過ぎて、体調を崩し、深夜、両親に連れられて、北九州市門司区の病院に、緊急入院の形になってしまったのだ。

太郎は、鍵の付いた扉や、ぼんやり明かりの付いた廊下を、男性の看護師さんから案内された。そして、最後の扉を開けると、「あなたの部屋はここです。」

と言われた。辺りの廊下は、警報機や非常口の、赤や緑の光に音もなく染められている。すぐそこには、入浴室が在った。太郎が、

「ここは不思議の町ですか？」

と、たずねると、その看護師さんは、目をギョロツとさせて、優しくうなづいた。

そして、太郎はベットで、布団をかぶって静かに眠った。

三時頃、トイレに起きた。まだ薄暗い。広い食堂を横切る時、窓から外を見た。暗い畑の向こうに、森が見える。なんとも寂しい景色だ。ここは二階のようだった。ここは「不思議の町」なんかじゃない。ただの病院だ。

もしこの建物が、フェリーだったら面白いのに——。トイレに行くと、かわいい、お猿さんの似顔絵が、プラスチック製の扉に、貼られてあった。親切に、「トイレ」と、書かれてある。トイレを済まし、外に出ると、急に、気笛の音がとどろいた。

三・いざ、出航！

窓越しに外を見ると、太郎は驚いた。一面、黒々とした海が広がっていたからだ。

「海だ！」と、太郎は叫んだ。空には月が光っている。「周防灘だよ。」

いつしか、さっきの看護師Oさんが、太郎の横に立っていた。でも、太郎はなぜだろうと考えた。ここは病院じゃなかったのか——？すると、その看護師Oさんは、

「何も不思議がらんでいいっちゃ。あなたは、東京に行きたいんやろ？ 東京のスタジオ何とかっていう所で働きたいんでしょ。」

「ソ、それはそうですけど……。」

太郎は、なぜ自分の思っている事が分かるのだろうか、不思議に思った。

「この病院はフェリーになる事を知らんやったんか。こんなに港が近いのに……。」Oさんはそう言う、海のずつと遠くを眺めた。太郎は、「何だか夢のようです。」と言って笑った。

「さあ、起床時間まで、あと三時間あるから早く寝なさい。」看護師さんに言われたので、太郎は、波の音を聞きながら寝ることにした。

(つづく)

ピア・カウンセリング 北九州市から委託を受けてピア・カウンセリング事業を行っています。ピア・カウンセリングとは同じ障害を持つ仲間どうして情報を提供しあったり体験を共有し勇気づけたり問題を解決する手助けを行うものです。平日の 11:00 から 15:00 までの最長 2 時間、月に 5 回まで無料で受ける事が出来ます。時間外や訪問も場合によっては、ご自宅、喫茶店、病院等ご自由な時間帯にやっています、当事者だけでなくご家族のカウンセリングも行っております。よろしくお願い申し上げます。

週刊ナースReiko！ 寒暖差による不調「春バテ」が急増!!

男性 57% 女性 64% 6 割以上が春（3～4月）に心身の不調「春バテ」

（症状） ①だるさ、倦怠感②疲労感③気分が落ち込む④肩こり⑤イライラする。

（原因） 春特有の寒暖差 **（なりやすい人）** ①冷え性の人（血めぐりが悪い）②冬に風邪をひくなどで体調を崩した人③もともと体力のない人④冬の間運動をせずに脂肪をため込んだ人 **（予防と対策）** ①炭酸入浴で身体を温めて寒暖差による身体への影響を防ぐ②首温めがポイント！外へ出る瞬間に寒いと感じない工夫をする③食事はよくかむことが効果的。内臓脂肪を燃やして体温を上げる。

編集後記：けんちです♪ 新年度明けましておめでとうございます。入院していましたが、何とか、社会復帰できた私です。皆さんも何とか上手に乗り越えている事と思います。私的な事ですが、若年性統合失調症で、総合特別支援中学校、通い始めた娘が、無事に高校入学する事ができました。本来嬉しい筈なのですが、家族としては不安と期待が半分半分の所です。1日1日を大切に、乗り越えている最中です。新年度に入りましたので、早速、小倉で交流会を開きたいと思いますが、まだじっくり構える形で、皆さんとの波長を合わせるのが、苦手(皆さんもそうだと思いますが)なので、1歩を踏み出すのに緊張をしている所です。病院スタッフや親しくなった人々の事も気になりますし、昔からの知り合いも気になっている所です。新門司病院支部にストップをかけられたのが10年以上前なので、今更？ 的な事も感じています。今は出会った人、一人一人の存在を気にかけてながらも、通ったり訪問したりして実際に顔と名前が一致した人だけの支援にしてくれていますので、「春バテ」の皆さんを急がすような事はしたいとは思っていません。皆さんが落ち着いてから、そして私の「春バテ」が落ち着いてから動きだそうと思っています。四季の移ろいもこの歳になったら、あっという間に過ぎてしまうので、夏までには、小倉支部を立ち上げたいと思っています。1日で出来る事は限られていますので、通常の活動を継続、持続しながらの活動になるので、やはり、皆さんには、積極的にウエンディを利用して頂かないと、支部の運営どころか、本部の運営すらできなくなってしまう可能性もあります。逆に考えて春明けという考え方も出来ると思います。春になると元気が出て動き出すメンバーもかなりいます。12月に弱いメンバーや力が出るメンバーや、それぞれがかばいあって活動を持続させる事で、ウエンディは存続できるのです。どうか例年の事と諦めないでください(私も)。宜しくね。



発行 平成 31 年 4 月 11 日 NPO 法人ウエンディ
地域活動支援センター ウエンディ本部
〒800-0043 北九州市門司区緑ヶ丘 10 番 19 号
Tel : 093-383-3169 Fax : 093-391-2167 Mail wendy21@f2.dion.ne.jp