

SELF HELP GROUP

Wendy<sup>21</sup>

ウエンティ21は障害のある人の社会参加を支援するグループです。



Photo by Chonjia @門司港

2013-7 VOL.76

退院

ミートソーススパゲティ





Chonja より。

明日は、門司港まつりの当日ですね、私は、6:30、から、そう踊りに参加するので、会社の、みんな、私踊りを観にきてください。明日は、一日、門司港祭りのためそれを観にいきます。昨日は、踊りでした、今日は、パレードが、あります、これも、12:00 から15:00まで、門司港一帯で開催されますが、私は、バザーが、門司港レトロ地区一帯でありますのでそちらの方へいきます。今日も、門司港の方は、人が多いと思います、昨日と今日は門司港があついな。今日、は朝から、門司港へ行ってきます今日も、門司港は、人が、多いと思います。

Posted 2013/5/25(土)

**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で、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、病院とかご自由な時間帯にやっておりますので、詳しくは、「093-383-3169」までお問合せ下さい。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。よろしく願い申し上げます。(担当：中西)

波平です(編集後記)今幸せですか? 普通ですか? 苦しいですか? 今回は失意のどん底にいる方へのメッセージです。宇宙の大なるマゴコロ的存在は、あなたを見守っています。越えられないハードルが来た時、自分ではどうにもならないと分かった時、必ず、助けてくれます。それはある時は、神様仏様ご先祖様、先生方。ある時は、家族・支援者。ある時は、医療スタッフ。ある時は福祉スタッフ。またある時は、全然見ず知らずの地域の人、異国の人。自力・他力関係なく、越えられないハードルは、迂回しても良いのです。その先に進めれば、壁を越えて今まで見えなかった世界が見えてきます。それは初めてみる素晴らしい景色というか世界です。悩んで、悩んで、悩み続けると、身体にも影響が及ぶそうです。ひたすら、絵や文字を書き続けるのが、悩みから抜け出すのに良いそうです。話しまくれる相手がいれば、話しまくってもいいでしょう。どんな事でもいいのです。お祈りするのもいいでしょう。カラオケ、テレビ、書籍、音楽。今の時代、娯楽はたくさんあります。お小遣いと相談しながら、上手に付き合うのもいいでしょう。同じ事を繰り返すのは、苦痛に感じる場合があるので、日によって、時間帯によって、別の活動を試みるのもいいでしょう。創作活動も、勉強も、息抜きが必要です。生きる事の楽しさを、一回子ども帰りして楽しみましょう。とワシが言ってもあまり説得力が無いので、師の言葉から一つ「スピリチュアルは日常に落とし込んでこそ、意味がある」。脳やハートで感じるスピリチュアルな出来事は、日常を楽しく、苦しく、悲しく、腹立たしく感じる日常を幸せに変える魔法です。現代の医療は、一昔前から見ると格段の進歩があります。一方で民族に伝わる伝統的術も、現代医学では治癒するのが難しい病気でも直してくれる知識があります。先端医療だけが解決策では無い。併用しながら、安全に心地よく、気分を整えてくれる気功やサウンドヒーリング、笑いヨガ等、色々、研究をしています。この研究に生きがいを感じてみませんか? 皆さんの参加をお待ちしています。



<http://www.wendy21.jp>

発行平成25年6月27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  
Eメール [wendy21@f2.dion.ne.jp](mailto:wendy21@f2.dion.ne.jp)