

SELF HELP GROUP

Wendy²¹

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。



謹賀新年

@新門司方面から見た初日の出♪ 2014-1-1 朝 撮影 中西克徳
夢と希望溢れる1年になるといいですね。まだまだ寒い日が続きます。ご自愛を♪

2014-1 VOL.82

チョコペン



眠い?





Chonjaより♪ 1月6日@ウエンディ本部

いま私はスマホにはまっています。でも、お正月はスマホばかりしていたので、元旦は、1日も外へ出ていませんね。スマホがあるから、いろいろなサイトが見れるのでたのしいです。

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。よろしくお願い申し上げます。(担当：なかしま)

けんちです♪(編集後記) 新年明けましておめでとうございます。 昨年の嫌な出来事、これから起こるかも知れない嫌な出来事、全部関係無い。大切なのは、今を一生懸命、生きる事です。なまけてもいい、あせらなくてもいい。ただ、呼吸する事に意識を集中させ、頑張る時は頑張る、休む時は休む、遊ぶ時は遊ぶ、メリハリが大切です。まず自分の体調を内観して、周囲の空気になじむ事が大切です。自分が変われば相手も変わる。変わらない相手は、認めてあげましょう。それだけで楽になります。無理してまで人間関係が悩まないで、自分の世界を認めて、褒めてあげましょう。自分の事は、何より自分が一番良く知っている筈。今生きているこの奇跡を存分に味わいましょう。今日のミーティングのテーマは、希望です。パンドラの箱を開けたら悪いものが、どわーっと出て、そこでフタをしないで、最後に残された希望を持ちましょうというのが、N氏の話にありました。

ワシは生まれ変わりや、宇宙のマゴコロを信じて疑わないので、どんな事態に陥っても、解決できる自信があります。この世界を包む愛と感謝のエネルギーを常に呼吸して、生きています。それだけで十分有り難いのです。新年のおみくじにも書いてありましたが、後は仲間をどう援助するかがワシの仕事です。どうぞ困った時は、いつでも相談して下さい。

解決するのは、皆さん次第ですが、そのお手伝いならできます。

私事で恐縮ですが、長年一緒にウエンディで働いてきた父が、生きがいであった競輪をやめた途端悪くなって、アルツハイマー病とパーキンソン病を併発して病院で末期を迎える決心をして、入院中です。言葉も意味不明です。目をあけても何が見えているのかわかりません。母と姉とワシとで、正月に何度も面会に行ったのですが、心はずで、あの世へ行ってしまったかのようです。しかし、脳の可塑性を信じるワシとしては、父にはまだまだお役目が残っているような気がするので、食事も鼻中ですが、リハビリを頑張っただけでも長く生きて、その間の医療の発展を祈りたい。

いつ行っても寝ていますが、時折目を明けて、安らかな表情を見せます。

脳内年齢は3歳くらいでしょうか？ 健やかに育って欲しいと思います。

このように、人類とは、どんな状況下においても、適応できる能力を持っています(笑)



<http://www.wendy21.jp>

発行 平成 26 年 1 月 6 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 wendy21@f2.dion.ne.jp