

SELF HELP GROUP

# Wendy<sup>21</sup>

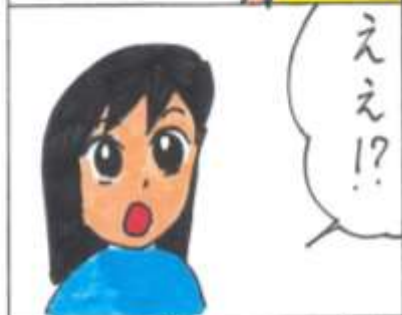
ウエンディ21は障害のある人の社会参加を支援するグループです。



2015/12/21 お正月飾り @ウエンディ本部

2016-1 VOL.106

タイトル ムカデ



タイトル おかき



平成十二年 元旦は 空気までもが 新しい 作 松本 聡子 (著書、「噴水の虹」より)



**ビール** 子供の頃興味本位でビールを飲んだことがある。苦い、まずい。私はこの瞬間からもビールは飲むことはないだろうと思った。親戚の集まりで、おじちゃんにビールをついでやると言われたが私はこんなまずい飲み物をすすめることができないと思いつつもこぼさないようについだ。時が過ぎどうしてもビールを飲まざるおえなくなる場合がでてきた。炎天下での出来事、のどがカラカラ、近くにある飲み物といえばビールだけ。私は苦味を感じないように喉の奥に流しこんだ。うまい。私は一気に流しこんだ。絶妙なうまさだ。あっさりすぎず、しつこすぎず。その日から私はビールの虜になっていた。

b y ぞうつかい

**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！ 便りより、抜粋♪ **★薬剤師は絶対しない「間違った薬の飲み方」3種 ～だから風邪が治らない～**  
①**水を使わず唾(ツバ)で飲んでしまう:**喉に薬が張りつき、炎症を起こすことあり。②**アルコールで飲んでしまう:**副作用が強く現れてしまうことあり。③**炭酸飲料で飲んでしまう:**解熱鎮痛剤の効果が弱くなることあり。<解熱鎮痛剤の間違った飲み方>熱が出る前、風邪の初期に飲むと逆に治りを遅くしてしまうことあり。高熱で苦しい時、頭痛、関節痛が激しい時に服用するのが効果的。<抗生物質の間違った飲み方>免疫の低下により、あとから合併症として細菌感染してしまった時に効果あり。こじらせ長期化している時に必要に応じて服用。自己判断で残った薬を服用するのはダメ。用法、用量を守ること。

編集後記：けんち☆です♪ 年末に最終回を迎えた「下町ロケット」を見ましたか？ ナースReikoさんのお勧めで、私は途中から見始めたのですが、はまってしまいました♪ 私は普段テレビが怖くて見られなかったのですが、ドラマをキッカケに映画とか、ニュースとかもかなり短期間に見られるようになりました♪ 新年を迎えて、夢をもって生きる事の大切さを思い出させてくれたドラマでした♪ 人間の弱い面と強い面、善と悪、そして希望、実現の可能性が低いと妄想、高いと目標や夢と分類されがちですが、そういう事は抜きにして、1日1日を楽しませる夢を持ちましょう♪ 実現する事より、その過程で苦しむプロセスに意義があります♪ ピア・ヘルパーになりたい♪ 会社を作りたい♪ 皆で助け合って生きていきたい♪ 友達が欲しい♪ 恋人が欲しい♪ マンガ家になりたい♪ 等々♪ 欲望とは限りないものだそうです♪ そのうち、1つでも実現に向けて、その為に今日何が出来るか？ という事を考えて、人に迷惑をかけないように行動する♪ 新年の夢作りをドラマとかアニメとかで、考えてみませんか？ 一人で出来なくても仲間がいれば頑張れる♪ ウエンディは夢に向かって走る人を応援する環境を提供できるようにしたいと私は思っています♪ 誰にも貴方の代わりはできません♪ 皆の夢を妄想と笑う事なく真剣に語り合しましょう♪



発行 平成 27 年 12 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 Mail [wendy21@f2.dion.ne.jp](mailto:wendy21@f2.dion.ne.jp)