

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。

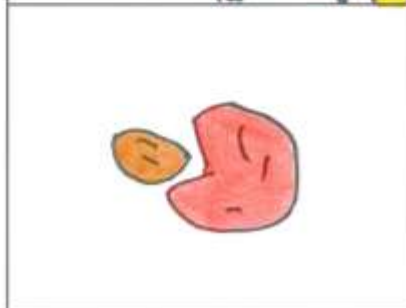


2020年2月 VOL.133

料理



梅干し



ちまき星と出雲の神様 (二回目)

大二枚馬 登

「出雲大社は、二礼四拍手一礼だあ。お父さん達は、先にお土産屋を見るから、後で合流しよう。」

と言ひ、一旦別れる事になりました。朋輝君と照之君は歩いて神楽殿にたどり着くと、ふと上を見上げ、二人共、後ろ向きに転び手を突きました。突然、あいさつ代わりに巨大なしめ縄が二人を出迎えたのです。

「照之：、でっかいなあ。」
と、朋輝君が言えは、

「うん。こんな大きなしめ縄、見た事ない。神様が造ったのかなあ。」

と、照之君も目を見張りました。ちなみに、二人が見上げたしめ縄は、日本の大ききで、ここに祭られているオオクニヌシノミコトを出さないように造られ

た、と言われています。二人共仲良く、おさいせんを入れ、二回礼をして、四回手を打ち、朋輝君は、
「きれいな女の子と、将来けっこうなきますように。」

照之君は、
「ちまきをいっぱい食べられますように。」

それぞれ真剣に願い事をしました。すると、上の方から、

「わはははははは。」
と、大きな声がしました。朋輝君が弟に、

「こら、照之、人が真面目に願い事してる時に笑うな。」

と言ったので、

「ぼく、笑ってないよ。」

と、弟の照之君が答えていると、いきなり、ダーン！ という音 (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・カウンセリング業務を行っています。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 9:00 から 16:00 までの間の 30 分程度、月に 5 回まで無料で受ける事が出来ます。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。よろしくお申し上げます。

週刊ナースReiko！ 体の水分がなくなる？ “暖房機器” に潜む健康リスクとは？

☆冬の時期 “こたつ” “ホットカーペット” などの暖房機器を使用することが多くなりますが、つけすぎは室内の乾燥を招きやすく、知らないうちに呼気、皮膚などから水分が失われていく “不感蒸泄” により脱水症状になりやすくなる。脱水症状は動脈硬化を促進させ、脳卒中、心筋梗塞になりかねない。

◎暖房→エアコンを低めの温度設定！ 常に水分補給を心掛ける！

◎こたつ→足、電気カーペット→お尻などに汗をかく→隠れ脱水を助長する！

☆乾燥を防ぐために加湿器を併用することOK。

しかし、つけっぱなしはNG。

湿度 70%↑はダニの繁殖、アレルギー発症の原因

インフルエンザウイルスは湿度 50%↑で感染力↓

☆部屋の湿度 50%以上 70%未満がGOOD！

ご利用までの流れ：まず電話で見学のご予約をお取り下さい。

主に精神障害者手帳か自立支援医療で通院中の方ご本人が対象です。電話は迷惑電話対策のため、留守電になっていますので、「見学希望の〇〇と申します。返信よろしくお願いします。連絡先電話番号は…」と録音して、直ぐには返事の連絡が無い事もありますが、気長にお待ちください。後の説明はスタッフが対応します。完全予約制になっておりますので宜しくお願いします。 ※予約無しの来所には対応しかねますのでご了承ください。

編集後記：けんちです♪ 長いのか短いのか、退院して2ヵ月になります。私の再発は、何か大きなストレスがかかった時に現実と妄想の区別がつかなくなって、いつも忙しい時期に色んなきっかけで入院となって、スタッフやメンバーの方々に迷惑をかけてしまいます。本当に申し訳ございません。仕事の事や家族の事が気になって被害妄想や加害妄想が激しくなり、たいてい自暴自棄になった時に逃げ場所として病院がありました。入院中は病院スタッフや他の患者さんたちの力を借り、あと毎日面会に来てくれた妻たちのお蔭で、1ヵ月という短い入院で退院する事が出来ました。この御恩に応えるために自分が出来る事は何かというのを模索するのが今一番の私の課題になっています。ウエンディと出会えて良かったと思われるような日々の活動を重ねて、皆さんとの末永いお付き合いができるようになる事を当面の目標に掲げて日常生活のレベルアップを無理せず慌てずにね…(笑)



発行 令和 2 年 1 月 2 9 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