

こんにちは。

お元気ですか。

僕も元気です。

今年も残すところ、わずかになり、前も書いたように、早いもので、8月で53になり、人生の折り返しを迎え、改めて時間の早さを実感していて、むかしと違い、座位が取れにくくなり、椅子にかつて多くの人が使用していた股間ベルトやさらしで縛らないといけなく、ベッドでも固定しないといけなく、それに疲れやすくなってきて、やはり若くないため、無理せず、改めてマイペースで生活したいナ———と思います。

以前は、固定しなくても、大丈夫でしたが、年とともに障害も進んで、あちこち縛らないといけなく、やむを得ないかな———と思います。

というか、固定しないと、緊張が強く、安定せず、抑制帯は必要だナ———と思いつつ、とにかく健康第一に考え、無理のない範囲でやりたいものです。

むかしと違い、いろんなことができなくなりつつあり、しょうがないことだな———と思います。

しかしながら、ついつい無理をしてしまい、いけないな———と思いますが、最近も寝ている日はなく、快適な日々を過ごしています。

それにもしても、普通学校に行けて、和光大学にも行け、そして念願だった地域生活などもでき、恵まれているナ———と思います。支えていただいた皆さんに感謝しながら、これからは、生活したいナ———と思います。

以前も書いたように、ケアホームに入った夜にヘルパーさんが来なくて、一晩車いすで過

ごした時がつらく、制度が整っていない中、
よくやれたナ———と思います。

6月、アガペに入所し、10年が経過して、あつ
という間に過ぎていくナ———と思っていて
、若くないため、マイペースで生活したいナ
———と思います。

また書きます。

鈴木弘毅