

こんにちは。

お元気ですか。

僕も元気です。

いよいよ、12月になって、今年も残すところ
、わずかになり、今年もいろいろありましたが、
いい年でした。

来年も明るい年になるように、願うばかりで
すが、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、あっ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