

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、親知らず抜歯などがあって
、通院の多い年でしたが、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、1月にいつも聞いているFM横浜のスタジ
オ見学ツアーがあり、今から楽しみにしてい
ます。

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て縛らないとい
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、固定しなくとも、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、シートベルトだと、とれてしまい、さ
らしで縛らないといけなく、僕の場合、抑制
帶は必要だナ———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。

何しろ、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
ーと思います。

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

。

それにしても、中学まで普通学校に行けて、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。

アガペに入所し、出来なくなっこもありますが、新たな出会いなどが多くあり、快適な日々を過ごしています。

また書きます。

鈴木弘毅