

今の自分と将来の自分

自分らしく生きる、ってことは自分にとってなかなか難しいことです。なぜなら、誰かと一緒にいる時はなかなか自分らしさを出せないで相手に自分が流されてしまう時が多々あるからです。

気心の知れた仲間と一緒にいる時はまだ気が楽で自分の意見を言えたりします。だから、自分らしく生きるには気の知れた仲間を増やしていくことが、自分らしく生きていくことの一つかなあって思います。

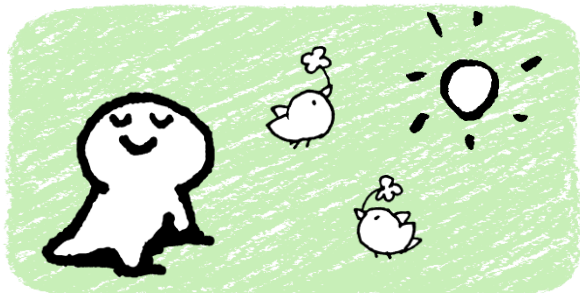
一人でいる時は周りに気を遣うこともなく、本当の自分を出していると思います。気心の知れた仲間という時も一人でいるときと同じ感じがします。

ただ、一人でいる時は色んなことを考えすぎてしまいパニックになる時があります。そういう時は、夜中でも広い公園とかに行行ってベンチに座り、タバコを吸いコーヒーを飲みながら落ち着くまで公園にいます。

そんなことを続けながら、昼間は仕事をして、生活費の足りない分を生保からもらっています。

まだ、すぐには、無理ですが、色んな支援者と相談しながら、近い将来には、生保を抜けて自立した生活ができるように頑張っているところです。

(匿名希望)



みなさんの原稿を読んで

～調理ボランティアさんより～

自分らしく生きる。私は今まで本当に自分らしく生きて来ただろうか。改めて考えてしまいました。皆さんの率直な悩みや覚悟が胸に響き、頷きながら読みました。人は1人では生きられません。

多くの人と関わりながら、人生の春夏秋冬の中で自分の心を見つめてみる。それが自分らしく生きることの原点ではないでしょうか。

初めて手にした「自分らしく生きる」の文集を読んで感想を書いてみます。

皆さんの匿名やペンネームで率直に自分の心情を書かれた内容は、私にとってもたくさんの気づきがありました。本当に感謝したいと思います。このような文集を大切にしましょうよ！その為には皆さんの率直な投稿が必要です。そして読んだらそのままにしないで是非文章によるキャッチボールして下さい。新しい気づきが生まれるばかりか仲間意識がでてくるはずですよ。

この文章が定期的に発行されることを期待しています。もし手伝うことがあれば声をかけて下さい。

こころの病のある利用者の方々が日々の想いを文章にしてくださいました。

なかなか理解されにくい障がいですが、「自分らしく生きる」利用者さんの想いをお伝えすることで、障がいを理解していただくことに繋がることを願っています。

南区生活支援センター サザンウィンド

横浜市南区新川町 1-1

リーヴェルステージ横浜南 2F

<http://www.minamikulac.jp/>

TEL/FAX:045(251)3991



自分らしく生きる

Vol. 4



南区生活支援センター

～サザンウィンド～

令和3年3月発行

僕の仕事に対する想い

自分にとって仕事とは、今自分の未知な分野すなわちできない事を加味してチャレンジする事ではないかと思う。今迄の自分も今よりレベルの高い仕事に向き合う時そうやってやってきた。

振り返りというとマイナスな点ばかりあげがちになるが、そんな中でもプラス⇔成長した部分を自分なりに認めて、次の新たな目標に向かって行く事も大事なファクターではないだろうか。そういう視点で今年を振り返ってみると、2020年の僕は趣味で始めたレーザークラフトがフリーマーケットに出品できる様になって人様から代価を頂ける迄に至った事が、自分なりの成長と感じている。そこでは毎日の時間を割いて修練を積み、少しずつ上昇したと思う。

今メンバーの仲間で就労移行や作業所等で就労の準備をしている人がいるが、「自分はどうなの?」と思った時、「自分はスタートラインにも立っていない。」と焦りを感じていた。

レーザークラフトを始めたきっかけは、仕事としてやりたかった製造、配管は年齢、体力的に無理という事で断念せざるを得なかったから。しかし、モノ造りが好きな僕は、「レーザークラフトなら趣味から仕事になり得るかもしれない。」と思い、製作という楽しい時間を過ごしながら、作品作りを続けてきた。

そんな時にフリーマーケットに参加してみないかとの誘いがあり、そこでは自分が頑張った作品が、良い・悪いも含めてどんな評価をされるのか知りたかったので、参加した。そして、最初に売れた時の喜びは計り知れないものだった。まだまだ出品するにあたって課題もあるが、1つ1つクリアして、趣味が仕事と胸張って言えるように努力していこうと思う。

今一番大事な事は病気と向き合い治して行く事ではあるが、そこに生活する上で何か楽しみのある目標があっても良いと思う。

(P. N. ヒロ)

※望月さんに職員がお話を伺い、書き起こしました。

Q:今、どんな気持ちで過ごしていますか?

A:そりゃあねえ、老後のことは心配だよ。みんな心配だと思うけど、このまま1人で、色々出来なくなってくるんだろうなって。買い物とか食事のこととか、生活についてだよ。そういうことで今はまだ困ってるわけじゃないけど、誰もいつかはそのことで困るんじゃない。

Q:ご病気のことはどうですか?

A:病気の話はしたくないよ。でも調子は落ち着いてる。どうやって?…そうだなあ…薬を飲んで、病気のことあんまり考えないようにして。考えないって難しいけど、でも自分は病気だってわかってるんだから、もうそれ以上のことは考えないよ。

Q:望月さんの“自分らしさ”ってどういうところですか?

A:“自分らしさ”?…そうだねえ、若いときは自分でも驚くほど動き回ってたよ。仕事も結構頑張ってたし、仕事が休みの日はボランティアしたりさ。仕事もボランティアの時間も、「どっちが」なんて決められないくらい両方好きだった。生活支援センターのイベントで売り子の手伝いしたことあったじゃん?元々ああいうの好きなんだよ。昔は横須賀市に住んで、市からお祭りのボランティアの募集があったからさ。屋台のわたあめとか、神輿担いだりとか、そういうボランティアをよくしてたんだよ。結婚してからもなんだかん色々動き回ってたな。…今思えば、あの頃は仲間がいたからそうやって色んなことが出来たんだな。定期的に集まって、「次は何やろうか?」ってさ。今はその仲間たちと連絡とってないし、みんながどこで何してるか分からないけど…。

Q:これからはどんな風に暮らしていきたいと考えていますか?

A:特にないよ。ええ、何かないか?…うーん…前までは「このまま1日ずつただ過ごしているより、何か出来たら」って気持ちがあったけど、今はその気持ちは薄れてる。もう歳だしさ。働きたい、とか、作業所行きたい、とかね。コロナのこともあって、何もできないからね。ただ…そうだね、家にいてずっと寝てるよりは、生活支援センターに行って、何かすることがあったらそれで過ごすのも良いかもね。このまま横浜に住みたいって思うから。

望月さん、ありがとうございました!