

ふみ出したその先に… ～歩き出した私たち～

◎色んな年齢層の人と関われる (メンバーAさん)

私はデイケアに行くときと落ち着く。デイケアには色んな世代の方が来られている。

私より若い世代の人はハキハキとしゃべっていて私が落ち込んでいても朝から「おはよう」と声を掛けてくれ、元気な表情が大事だと思っただ。

同じ世代の人はクヨクヨせず何でもやる気がある。スポーツ、プログラム、カラオケで自分を磨いているし、話題も楽しい。

上の世代の方は挨拶、表情がどんな時も落ち着かれていて安心感があり、とても話やすいし時々アドバイスしてくれる。

色んな価値観の人に出会って自分の世界が広がった。そしてまた、私はデイケアに行きたくなる。

ついてきてえ～

◎「みんな同じ」と当たり前の事に

気づく (スタッフC)

希望ヶ丘に就職前は、デイケアにどんな方がおられるのか知らなかったからその不安や緊張が正直あった様に思う。でも実際にメンバーさんと触れ合うと、病気を持っているからといって特別な事はなく、時には悩んだり、支えてもらったりみんな同じ人間なんだと改めて感じた。むしろご自身の経験から温かい言葉を掛けて下さり、メンバーさんの優しさに励まされる事や気づかされる事も多々あります。私を信頼して悩みや話を打ち明けてくれて一緒に考え、なりたいたい自分に進まれる姿はとても嬉しく私の仕事のやりがいとなっています。

◎来たばかりの時に声をかけて

もらえた (メンバーBさん)

私は人見知りの性格だ。それに精神科のデイケアと云うことで精神症状の重い人もいるのではないかとかなり緊張していた。

初日は昼食を食べる場所もよく分からなかった。そんな私が「ここで食べていいんですか?」と聞いたAさんは自分の病名をさらっと話した。そんなざつとばらんな所なのかと驚いたのを覚えている。病気のこともお互いに受け入れて、認め合える場所なのかもと思った。

また別の日にはスタッフの人が、「ここ女子会してるから入らせてもらったら?」とさりげなく言ってくれたことがあった。その心遣いに感謝したことを昨日のこのように覚えている。

居心地の良い空間を自分たちで作っているメンバーさん、仕事以上の関わりを感じるスタッフさん、ここなら通い続けられるかもと思いつつ、紆余曲折ありながらも約3年、デイケアを続けることができています。

スタッフ紹介⑧



第8回目はデイケアの姉貴こと心理士の宗安さんをご紹介します。とってもしつかり者でめっちゃ頼もしい、頭の切れも抜群で仕事がいっぱい！ボケたら即座にツッコミを入れてくれます！思ったこともはっきり言ってくれみんなのまとめ役、いわゆるデイケアの裁判長的存在です。

でも実はよく笑い、かくれんぼで最後まで残りそうな頭脳を持った華奢で可愛い方です。デイケアのDiCEを始め、コグトシ、きぼうプラザなど多くのプログラムに協力して下さっています。



皆さんこんにちは。デイケア通信編集メンバーの『DiCE(ダイス)』です。今回のデイケア通信では、前回の「はじめの一步」を踏み出した先にあったデイケアでのさまざまな出会いのエピソードをご紹介します。一步踏み出すことはとても勇気がいることでした。みんな怖かったことを覚えています。踏み出したその先も正直、順風満帆とは限りません。それでも必ず希望は見えてきます。うまくいかないからこそその学びもあります。堅苦しく書きましたが、今回の「ついてきてえ～」のタイトル通り、まあとあえず、私たちのぶつちやけエピソード読んでみてえ～



第八号

(令和3年4月2日)

発行: DiCE

DC【デイケア】の Charm【魅力】を Edit【編集】します i【愛】を込めて DiCE(ダイス)です!

◎うまくいかない経験から学べることもある (メンバーEさん)

以前あるメンバーさんとトラブルになり、一回デイケアをポイコットしていたことがあった。しかし、仲の良いメンバーさんの説得や、だんだん自分も寂しくなったのもあり、デイケアにまた行くことができた。

最近別メンバーさんとトラブルになった時、それを注意してくれた人へのモヤモヤや怒りもあつたが周りの方のアドバイスを受け入れ、しんどい時には自分から早退するなど対処することが出来るようになった。

気持ちに折り合いをつける為には、距離を取ること大切だと学べた。

デイケアで自分と似たような方と向き合えたり、気持ちの切り替えをする練習になっていく。そういう意味でデイケアはみんながサポートしてくれたり、トラブルが起きてても親身になってくれる所だと思う。

