

えさか通信 2022年8月号
送付のご案内

うつと倒れて東京から地元へ帰省した2019年の
私は、両親に自分の本音を伝えることが出来な
かった。辛いことも苦しいことも傷付いたことも、打ち明けられず
隠していました。言えなかった気持ちも、言えずとも
分かると感じ、期待が大きくなり、葛藤していました。
それから3年、年2回ずつの帰省を経て、かなり親に
自己開示、できるよりのようになったと感じます。
私にとって帰省は対人交流の礎となる親子関係
の修業と実践の機会なのです。

宮崎 未来



by 管理者 高木 学

高木家の日常

6人家族（妻1人、子ども4人）
長男愛知県在住、長女大3、次男大1、次女高2
全員O型 自由人な「高木家の日常」をお送りします。



7月25日は次女の誕生日だった
お誕生ケーキは妻に任せて
妻と一緒に食べるために
モンブランとミルクレープを買った
翌日の朝
コーヒーを飲みながら
2人でケーキを食べる
これでプールに送ってもらえるかな



吹田市の市民プールには多目的更衣室がある
私は胸に大きな傷があるので
極楽湯では普通に着替えるけど
子どもが多いプールでは遠慮して
多目的更衣室を使っている
歩行能力が50%低下している気がする
最近では週に2~3回プールで歩いて
リハビリしている感じかな

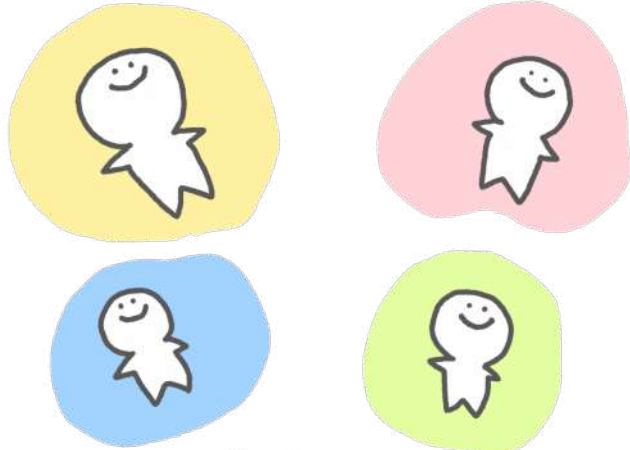


ある日の夜の残り物で
オムライスがあったので
お弁当として会社に持ってきた
会社にはコーンスープと味噌汁があって
オムライスにはコーンスープだと思ったが
間違えてお揚げさんを入れた味噌汁を作った
味噌汁には白ご飯というポリシーがあったが
まあええかという気分になった

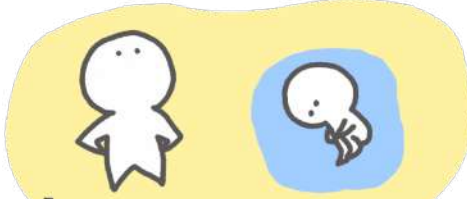
えさかど学ぶ 心の話

管理者の高木が
利用者や職員によるこころの話です。

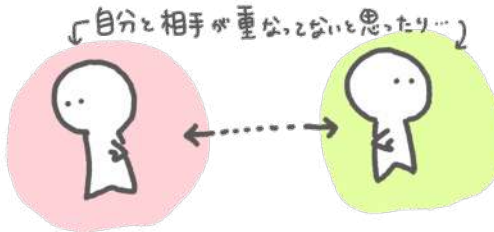
えさか通信
2022年
8月号



人の心は宇宙みたいな感じ



自分が相手の宇宙の中に入りこんでたり...



自分と相手が重なるといいと思ったり...



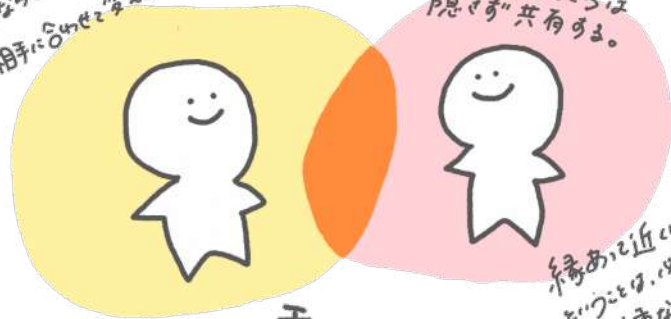
誰かに自分の宇宙が侵害されると感じたり...

自分と相手の宇宙の

関係性が揺らぐと、ストレスになる。

重ならないところを見せたり
相手に合わせる必要はない。

でも、重なるところは
隠さず共有する。



目の前の人と重なるところを
大切にしよう。

縁が近いところ
とわかっていても
何かしら重なるところがある。



仕事関係

重なるだけが
自分の宇宙の形が



友人



家族



私

コミュニティによる
重なるところが違う。

重なるところが違う。

友役員の宮崎さん。
地元が北海道なので、夏と冬に
年2回帰省しています。
家族との時間と大切に
しています。

