

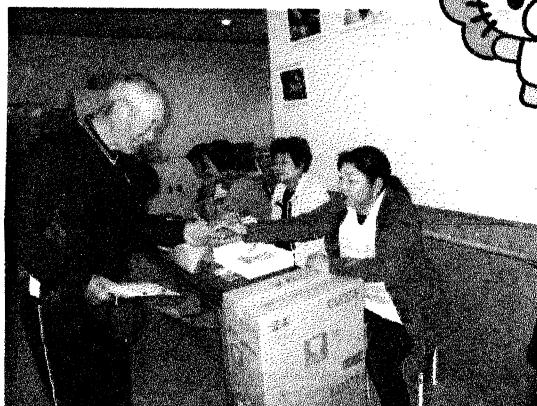
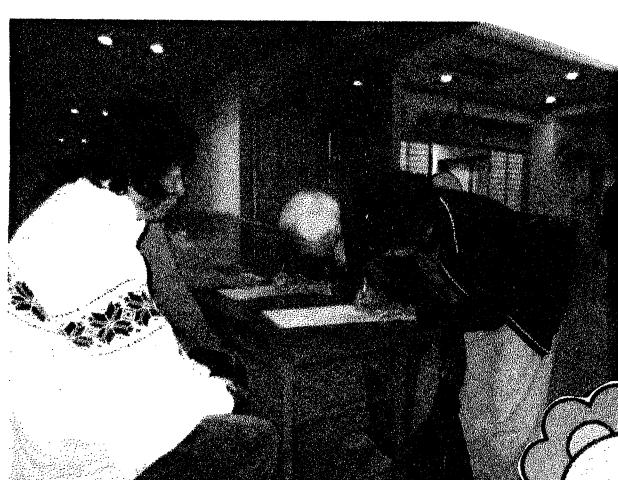
# おぢかの家通信

第94号平成29年11月発行  
編集 地域活動支援センター  
おぢか憩いの家  
☎ 56-4366  
発行 NPO法人おぢかちんぐ  
☎ 56-4366



## 第22回 こころの講演会 (11月4日) ~皆が一緒に住める町づくり~ (主催: おぢか憩いの家)

### 「心の風邪」の気づき方 ～なったら治る？ 家族はどうする？～



今回は佐世保市在住でパニック障がいを克服し、現在はフリーのライターでテレビ番組構成作家としても活躍されている大原広軌氏と漫画家でKTNの夕方の番組「ヨジマル」の火曜日のコメンテーターでもある大原由軌子氏のご夫妻をお迎えしてご講演いただきました。パニック障がいに何の前触れもなく突然なってしまったこと、また、誰でもなる可能性があるということ自分自身もパニック障がいだとわかるまで、催眠療法やお祓い、飲尿療法などいろいろ試してみたことなど実体験を話してくださいました。また家族はどう対処したのかということも聞くことができ、とても勉強になりました。

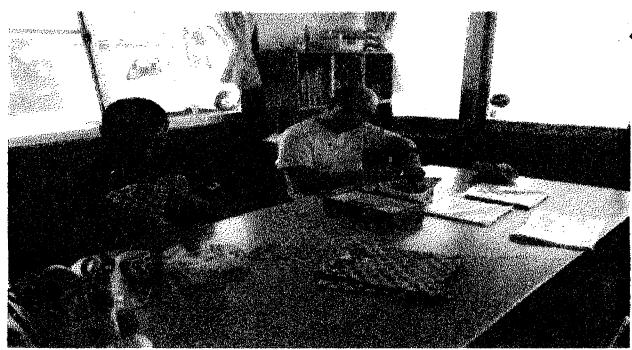
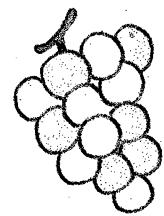
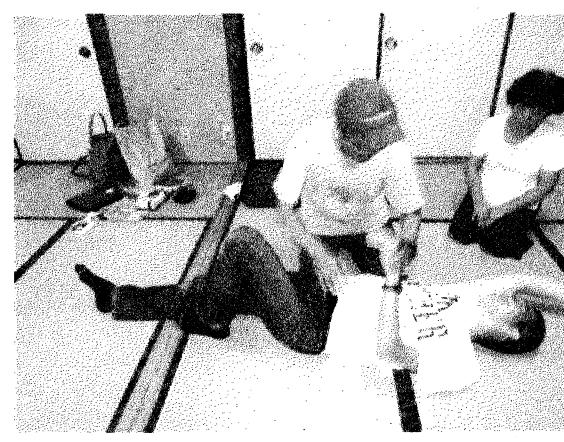
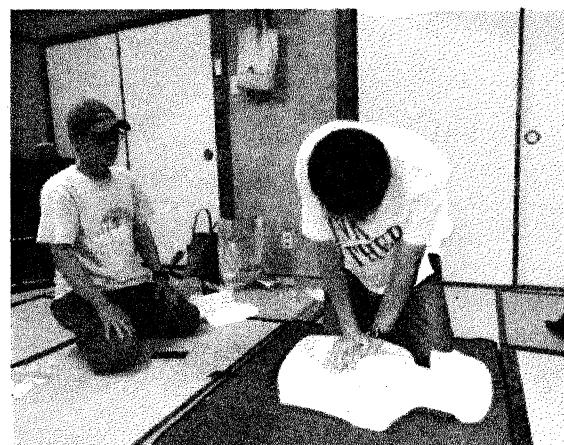
… ♪ … ☆ … 講演会の感想より … ♪ … ☆ … ♪ … ☆ … ♪ … ☆ … ♪ … ☆ … ♪ …

- 実際に体験された先生のお話は、とてもリアリティーがありました。もともと持っている性格、資質にストレスが重なって精神的な病のスイッチが入るのかな、と思いました。生まれ持った性格はなかなか変えられないので、自分なりのストレスコントロール方法をしっかり持つことが大切だと思いました。
- 大原さん夫婦の話は、わかりやすくて良かった。出た質問も内容のあるもので、回答も良かったと思う。参加して良かったです。
- パニック障がいという病名を初めて聞いてびっくりしました。本当に心の風邪に気づくのが遅れると大変という事が良くわかりました。これからは、パニック障がいにならないように気を付けて頑張りたいと思います。  
大原先生ありがとうございました。
- 素敵なお夫婦だなと思いました。まず自分にあった服用が大事な事と、信頼できる病院、医師に会う事だとあらためて感じました。他人が見て大変なことでも、家族の関わり方の大切さも改めて理解しました。

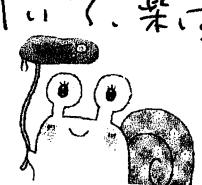


## < 救急蘇生法 >

地域おこし協力隊の宮本さんより救急蘇生法を教えていただきました。人を助けるに当たり一番大事なことは、まず、自分の命を守ることだそうです。はじめにすることは、「手袋をはめること」そして、「周りを見渡し危険でないか確かめてから行う」だそうです。そういった場面に遭遇しても、なかなか動けないものですが、一歩踏み出す勇気を持てる人が増えるといいなと願っています。



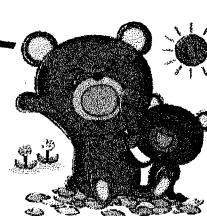
"1/4(土) 心の講演会がありました。  
大原さんご夫婦の話を聞いて、葉正大好きになりました  
とつくづく思いました。



この3のこうえん会の受付を  
しました。たくさん来っていました。サイン会  
とかやみました。 TM



心の講演会で  
大原先生の接客を  
がんばりました。 H.K



心の講演会が福祉センター  
多目的ホールで午後2時半からありました。  
来られたみなさま、ありがとうございました。 O.K

1/1月4日に心の講演会で大原さん家族が  
病気にも負けず助け合い励ましあげながらの生活が  
良くわかりました。本セミナー読みました。  
家族で小値賀に来られたのがうれしかったです

Y.K

### - 編集後記 -

高校の文化祭や中学校学習発表会等々  
子供達を見に行きました。子供達のパワーに  
元気をもらい、久しぶりにたくさん  
大笑いで楽しかったです。 H.K.

