

生活

seikatsu@asahi.com

パキスタンの被災者支援を

障害者団体
募金呼びかけ

パキスタン北部で昨年10月に発生した大地震の負傷者らを支えようと、障害者団体「全国自立生活センター協議会」(JIL、東京都八王子市)が募金を呼びかけている。現地の支援団

体を通じて生活支援金や車いす、床ずれ防止用エアマットの購入費などにあてる

といふ。この地震では少なくとも7万人が死亡、7万人近くが負傷したとされる。JILはこれまでに24

Lに現地から入った連絡でこうした人々への支援は今後の大問題だ。JILはこれまでに設立された団

0万円の義援金を送金、現地では病院などにいる95人への支援が始まつたほか、

(24)が来日、年末にかけて都内や関西の車いすメーカーで製作技術などを学んだ。

ハビブさんは「被災後、入院している障害者が退院するまでに車いすを渡した

い」と話していた。

60・7747)。
振込先は「多摩中央信用金庫 京王八王子支店 普通 021-7827 パキ

ひととき

「ボーナスもらったよ。ずいぶん心配かけたけど、もう大丈夫。少しでもお母さんが樂になれるといいな」。先月、手紙とともに娘がお金送ってくれた。昨春入社して2カ月過ぎた頃から「お母さん、言つたつけ?」と毎晩同じことを聞く。「昨日も『昨日も聞いたよ』と答えると、「覚えていないんだ」。自分でおかしいと思つ

娘のボーナス

たらしく、娘は病院に行き、休暇を取るように勧められた。入社して日が浅く、はたして休んで大丈夫なのだろうかと心配する私に、上司の方が電話をくれて「そういう制度があるんです。心配なさらないで」と優しく言つて下さった。娘は職場に恵まれた。

北海道の大自然の中での農場ステイ、好きな本を読みながらの列車の旅、美術館巡りと娘は40日間をゆったり過ごした。病状もほとんど回復し、秋には無事仕事に戻った。

「今日はさすがに欠勤で引かれたらから少なかつたけれど、今度の夏はもっと送ると思うから楽しみにしていてね」と言つた。そのかいがあり、論文が評価されたと喜んでいたが、睡眠不足が続いたまま休む間もなく入社、疲れがたまっていた

たらしく、娘は病院に行き、休暇を取るように勧められた。入社して日が浅く、はたして休んで大丈夫なのだろうかと心配する私に、上司の方が電話をくれて「そういう制度があるんです。心配なさらないで」と優しく言つて下さった。娘は職場に恵まれた。

北海道の大自然の中での農場ステイ、好きな本を読みながらの列車の旅、美術館巡りと娘は40日間をゆったり過ごした。病状もほとんど回復し、秋には無事仕事に戻った。

「今日はさすがに欠勤で引かれたらから少なかつたけれど、今度の夏はもっと送ると思うから楽しみにしていてね」と言つた。そのかいがあり、論文が評価されたと喜んでいたが、

睡眠不足が続いたまま休む間もなく入社、疲れがたまっていた

セルフ美人
メンテナンス
ナチュラビオティック
推進協議会監修

なんとなくだらり。疲れがとれず、頭が重い。病院に行くほどではないけれど……日常生活を不快にするこんな「ブチ不調」に悩む女性が多い。

Book

疲労、肩こり、肌荒れなど様々な「ブチ不調」に悩み、血液検査で「見るどる

で、中高年男性の血ですね」と宣告されてしまった

25歳の女性編集者が、医師ら専門家の助言を受けながら様々なセルフケアを自ら試し、まとめた。

アロマ、ハーブ、サプリメントなどの利用法や、頭痛、肩こりなど悩み別のケ

アを紹介。生活のリズムや食生活など全体を整えるコツや危ないケア法の見抜き方も助言する。(サンクチュアリ出版、税込み12

(長崎県島原市 田中 好子)



セルフ美人メンテナンス
ナチュラビオティック
推進協議会監修
なんとなくだらり。疲れがとれず、頭が重い。病院に行くほどではないけれど……日常生活を不快にするこんな「ブチ不調」に悩む女性が多い。