

「人生が終わった」
と思った

中学生の時から精神科に通っていたこともあり
周りには反対されていたが

高校入学と同時に
アルバイトを始めた

朝6時からシフトに入って
夕方に登校し部活が終わって
帰宅するのは23時過ぎ…

無理をしている自覚はなかった
毎日が楽しかった
「充実してる」と思っていた

でもある日突然
何もできなくなった

学費…勉強…

卒業後の進学費用を
貯めたかったのに…

なんで…

こくつぶ
穀潰し

働かざる者
食うべからず

体は動かず心は休まらず
自分を責め続ける日々…

それでも
長い療養生活の中で

少しずつ生きる力が
戻っていく感覚があった



そして30代半ばで
清掃の仕事を始めて

ドキ
ドキ...

求人情報を拝見して...
応募したいのですが...

高い...



通勤に必要なから
買ってもいいよね!

自分にお金を使うことへの
罪悪感が少しやわらいだ

あの頃は体調を気にせず
がむしゃらに働いてたけど...

あれ?

いつもの

今日は
コーヒーが
特別に
おいしく
感じる...

いってきまうす

今は
体調を整えることも
仕事のうちだと思ってる



mugi40: 統合失調症当事者です。長い療養期間を経て就労し、現在は事務職として勤務しています。