

ぼーっとすると、よく見える

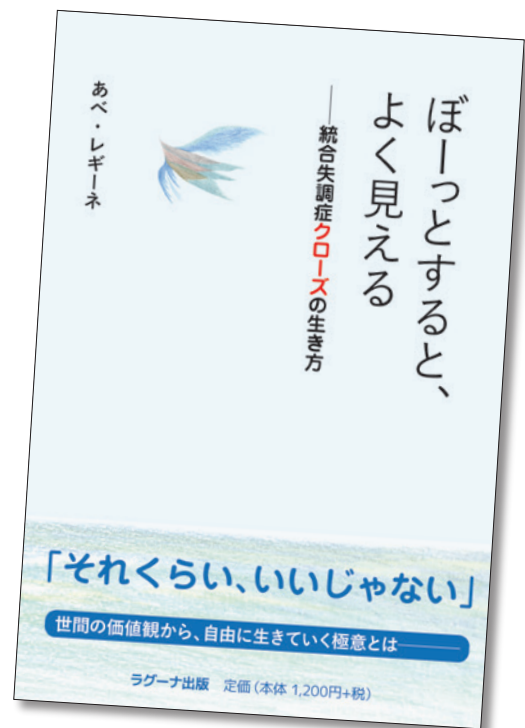
——統合失調症クローズの生き方

令和2年
10月刊行

あべ・レギーネ／著 四六判並製 172頁 ISBN978-4-904380-97-0 C0095 定価（本体1,200円+税）

クローズでも、幸せに生き抜く極意とは——

統合失調症の生きづらさを抱えながらも、世間の荒波の中でクローズで生きることを選ぶ著者。四十年余の闘病を経て、人生を振り返ったときに見えてきた、生きる極意とは？ 趣味の鳥の観察から見いだされた独特の視点から、病を得る前と後、主治医との駆け引き、仕事上でのドタバタ、家族との葛藤、同居人との生活などを、コミカルに、そして真摯に描く。



●内容(目次より)

第一部 治療のある暮らし

第一章 症状と診断／第二章 主治医との治療関係—アザミ先生／第三章 主治医との治療関係—ホンソメ先生

第二部 仕事のある暮らし

第四章 仕事の選び方／コラム 福島記／コラム 離島へ

第三部 暮らしを振り返る

第五章 病を得る前・得た後／第六章 世に棲む（日常生活の彩り）／第七章 仲間と社会／コラム イタリア記・覚書

いろはかるた(統合失調症のやりすごし方)

●まえがきより

……何十年も精神的な病となんとか折り合って生きてきました。／少数派として生きざるを得ない状況で、人生の答えを自ら見つけなければならぬとき、周囲の人々や世間の価値観の影響から自由になる必要があります。この本の中にそのヒントを見いだしていただけたらと思います。

●著者プロフィール

あべ・レギーネ

1961年、日本生まれ。18歳から心身不調。その中で上京、再度上京、懲りずに再三上京。職を転々とする。2000年に統合失調症の診断を受け、クローズで働く。鳥（バードウォッチング）との出会いで人生好転。スーパーマーケットでパートのかたわら、ぼーっと仕事をしている。趣味はおみくじ・タロット占い。

(キトリ)

ご注文 FAX 099-219-9701

株式会社ラグーナ出版 sales@lagunapublishing.co.jp
〒892-0847鹿児島市西千石町3-26-3F TEL 099-219-9750

注文欄	貴店番線印	冊数	日付	ご担当者	書名
		冊	/		