

Sさんは

いつものことだと
思っていました。

頭痛、肩こり、
生理のイライラ…
女性なら誰にでも…

でも最近なんとなく
ひどくなつて
きたような…

気分もさえないし…

1

2

3

4

5

実はSさん、
最近いろいろと
悩むようにな
つっていたので
す。

そう言えば、
思い当たるま
づかけが…

人生においてなんだか
取り残されているような
不安とあせりにかられます。

そうするうちに
頭痛、肩こりがひどく
なつていています。
しかもそれだけでなく
ボーッとすることが
増えて、夜もしつかり
眠られなくなりました。



7

そこで元気がないのを
心配してくれた友人と
精神科に行きました。

「アチウツ」みたいなもので
と言われたSさん。きちんと
治療をすることにしました。
すると
状況が変わらなくて
また元気に楽しく
過ごせるようにな
りました。人生に対しても
前向きになれたよう
です。

6

END

年齢が30を超えて仕事はうまく
できるようになつたのですが
とうるさい上司と
ワガママな部下にはさまれ
それぞれに気を使うため
とても疲れます。

その上、このままこの仕事を
続けていいのか悩むようにも…：

実家に帰れば「結婚」の2文字
心配しているのは分かるのですが
なんだか責められているような
気がしてイライラしてきます。
そういう自分も嫌で
さらに自己嫌悪。

