

今朝、台風 21 号が発生しました。今月 9 個目で、これは 24 年ぶりのことだとか。

「天災は忘れた頃にやって来る」と言いますが、昨今は忘れる暇もなく次々とやって来ます。油断せず、早め早めの備えを！

ミグリーフケア Side by Side 「さばさ」 ㄱ のメールマガジン第 8 号をお届けします。

目次-----

- 1) スタッフのつぶやき
- 2) グリーフ体験談
- 3) イベントのご案内
- 4) メールマガについて
- 5) 風と虹の診療所設立準備委員会について

1) スタッフのつぶやき

先日、某勉強会で、「風と虹の診療所（設立準備委員会）の方ですよ？ 講演会行きました！」と声をかけていただきました。

初めてのことでとても嬉しかったです。

また、第一回の講演会に来てくださった方と近々お会いすることになりました。この方は、演者である木本さんとなつながらのある方で、たまたま私が以前勤務していたホスピスで研修されていた方でした。ホスピスで勤務していたナースもたくさん来てくれていたので、同窓会のように盛り上がっていました。

こうやって、同じ想いの方に少しずつつながっていくといいな・・・。

2) グリーフ体験談

【母のグリーフ、わたしのグリーフ ～父の死と向き合えるまで～】

元山 美奈子さん

(さばさ グリーフケア担当)

(承前)

わたし自身は、さすがに父の死に際しては胸を引き裂かれる思いでしたが、葬儀を終えてからは比較的早く平常心を取り戻せました——そのつもりでした。

父が亡くなる二か月ほど前、病室で二人きりになった時、「自分が死んだあと、母をくれぐれも頼む」という意味のことを言われたことがありました。その言葉の重さに衝撃を受けて、咄嗟に返事もできなかったことを覚えています。

父の言葉の本意は分かりません。でも、父がすでに亡くなってしまった以上、私にとってその言葉は果たさなくてはならない約束のようになりました。しばらくの間、「大切な夫を失って平常心を失っている母を支える娘」という役割を自分に課すことで、自分自身と向き合うことを避けていたのだと、今になって思います。

わたしは、父との別れを満喫することができませんでした。別れを満喫、というのもおかしな表現ですが、人間、悲しい出来事に直面した時でも、ちゃんと悲しめないことがあるのでしょうね。

母にとってのきっかけが四十九日の法要だったように、わたしにも一つのきっかけがありました。心理療法のワークショップです。

ワークショップというのは体験型講座のことですが、その講座ではとにかく互いに話を聞いてもらうというアクションがありました。そこでわたしは、自分と同じように親を亡くされた人の語る体験談を聞いていたのですが、その話がわたしの中にあつた体験と強く共鳴したのです。

気がつくとうわたしは、自分でも驚くほどに泣きわめいていました。父を失った悲しみを、今さらのように強く思い起こしていました。

それが、自分の中にあつた父との別れでした。

思えば、あの四十九日の法要の時、母の内心でに生じたのもこれだったのでしょう。ワークショップでのわたしと同じように、あの時、ようやく母の中で本当に父の死を悲しむ感情が本当に意味で芽生えたのだらうと思います。

悲しい出来事があってもそれを素直に悲しめない時、悲しみをきちんと消化し、そして昇華するために、何らかのきっかけや誰かの助けが必要な場合もある。父の死を通してそれを知りました。

今はわたしも、グリーフケアに携わる立場の人間として活動しています。人それぞれに死の形があり、それぞれにグリーフの形がある。その一つひとつを大切に、そっと寄り添っていきたい。そんなふうに考えています。

(了)

3) イベントの案内 (予告なく変更することがあります)

■ さばさのつどい ファシリテーター：定満有紀 元山美奈子

日時：2018年10月13日(土曜日) 午後

場所：ドーンセンター (一般財団法人 大阪府男女共同参画・青少年センター)

参加費：¥5000

<https://www.facebook.com/events/1895120280548955/>

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/news-event/>

■ 講演会&ワークショップ

・2018年11月11日 最期のときの過ごし方～マザーテレサが大切にした愛と死の価値感～ 【わんまいる】

演者：千葉茂樹監督 堂園晴彦医師

日時：11月11日(日曜日) 午後

場所：大阪産業創造館

参加費：¥3500

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/news-event/>

・2019年11月 救急の現場にて (仮題) 【わんまいる】

演者：林寛之医師

4) メルマガについて

■発行 不定期発行です。

■転送など

当メルマガは、グリーフケアがお役に立ちそうな方、そして、グリーフケアに興味がある方へ、

転送していただければ嬉しいです。抜粋・転載はご遠慮くださいませ。

■登録・解除

当メルマガは下記よりご登録することができます。

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/mailmag/acc.cgi?id=1514348464186643>

ご登録していただくと、御礼のメールが配信されます。PDF ファイル付きです。

迷惑メールに入ってしまうことがありますので、ご確認ください。

登録時に提供していただいた氏名・住所などの情報は、風と虹の診療所の設立に関し、主に統計をとるために利用させていただきます。

また、下記より解除することもできます。

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/mailmag/acc.cgi?id=1514348464186643&m=d>

■バックナンバー

風と虹の診療所設立準備委員会の HP の「メールマガジン」からご覧いただけます。

■大切な人を病気で亡くされた方の体験談を募集しています。

ご協力いただける場合は「風と虹の診療所設立準備委員会」の HP にある

「お問い合わせ」からご連絡ください。

(当方で編集・校正させていただくことがあることを御了承ください。)

5) 風と虹の診療所設立準備委員会について

グリーンケア Side by Side 愛称「さばさ」と

生きるための死への準備教育 (death education) 生老病死 愛称「わんまいる」は

風と虹の診療所設立準備委員会がプロデュースしています。

風と虹の診療所設立準備委員会

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/>

Facebook ページ

<https://www.facebook.com/kazetonijiclinic/>