

大寒から立春までの間が一年でもっとも寒い時期なのだから。

暖かい春が待ち遠しいですね。

シグリーフケア Side by Side 「さばさ」 ㄱ のメールマガジン第 13 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

---

新しい年が始まりました。風と虹の診療所設立準備委員会では、実にさまざまなお話が動いています。芽が出る前にぼしょってしまうお話もあるのですが、いくつかは軌道に乗りそうなものもあります。始めたことをよりよく育てていくことはもちろん、いただくお話、新たな企画も動かしていけたらなあと思っています。

皆さまはどのような年にしたいと考えていらっしゃいますでしょうか？ どなたにも幸多き年になりますことをご祈念申し上げます。

---

## 2) グリーフ体験談

---

【亡き母と生きてきた私の物語 ～母の年齢になって綴るグリーフ～】

柳川由布子さん

(看護師／スピリチュアルケア師)

-----

35 年。

これは母がこの世で生きた年数です。

母を亡くして、何があっても 35 歳まで懸命に生きること。  
それが私の人生における大きな目標でした。  
そして私は今、母が生きたのと同じだけ年を重ねました。

---

私が 8 つの時。母がこの世から突然いなくなりました。

当時の私は、4 人兄弟の長女。  
6 歳の弟、3 歳の妹、そしてまだ生後 4 か月の妹がいました。  
父は日々仕事で忙しい人でした。そこに、父方の祖母も同居していました。  
出産のために入院した母は、出産後も家に帰ってきていませんでした。

母が私の世界から消えた日のことを、今でもよく覚えています。

それは夏休み真っ只中、お盆の暑い日。その日は、友だちの家に遊びに家を出ました。  
私は遊びに夢中で、ふと時計を見ると午後 6 時を少し過ぎたところでした。

門限を過ぎ「叱られる！」と咄嗟に思いました。  
心臓をバクバクさせながら急いで帰宅。  
しかし、そこに広がっていたのは想像していたものとは全く違う光景でした。

わたしの目に飛び込んできたのは白と黒の幕。見たこともない玄関。  
その異様な空気に不安を感じながら、恐る恐る家に入りました。  
「ただいま」  
誰も出迎えてくれる人はいません。  
家の奥に入ると、大勢の大人が忙しく動いていました。  
門限を 1 時間も過ぎて帰宅した私のことなど、まるで眼中にありません。  
わたしは、いつもと違うことに緊張感がありました。呆然と立ちすくむ私に気づいた祖母  
が、わたしをぎゅっと抱きしめてくれました。

この時の温もりが、私が「初めて」意識した人肌の温もりです。

---

当時、子どもに大人たちは何も知らせてはくれませんでした。

それに至る経過についても、何も。

それぞれが目の前のことに精一杯だったのかもしれない。

私自身も「亡くなった」ということがどういうことなのか理解していなかったのです。

その日から、「母のいない生活」が始まったのです。

(続く)

---

3) イベントのご案内 (予告なく変更することがあります)

---

■講演会&ワークショップ

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

・2019年4月13日(土曜日) 母を亡くした悲しみの先に～声なきこどもの声～ 【さばさ】

演者：柳川由布子

日時：4月13日(土曜日) 14:00～16:30

場所：大阪産業創造館 (<https://www.sansokan.jp/>)

参加費：事前決済¥3,500 当日決済¥4,000 小学生以下 無料(要連絡)

☆お問い合わせフォームかメールでの事前連絡+当日メルマガ提示で、当日決済から¥1000引き

他の割引との併用はご容赦ください。

・2019年9月29日 緩和救急～自分の人生、どう生きる?～ 【わんまいる】

演者：林寛之医師 福井大学医学部附属病院 救急総合診療部 教授

日時：2019年9月29日(日) 14:00～16:00 定員100名

場所：新大阪丸ビル別館 (<http://marubiru-bekkan.com/>)

参加費：事前決済 3,500円 当日決済 4,000円 小学生以下 無料(要連絡)

☆お問い合わせフォームかメールでの事前連絡+当日メルマガ提示で、当日決済から¥1000引き

他の割引との併用はご容赦ください。

・2020年4月18日(土) 「心理療法のプロが語る親の死」(仮題) 【さばさ】

演者：江夏亮さん

日時：2020年4月18日(土) 14:00～16:00 定員90名

個人面談：2020年4月19日（日）若干名 詳細未定

場所：未定

参加費：未定

---

#### 4) メールマガについて

---

■発行 不定期発行です。

■転送など

当メールマガは、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

当メー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。

(当方で加筆・修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

---

グリーフケア 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/kazetonijclinic/>