

昨年は西日本、今年は東日本が、豪雨禍で甚大な被害を蒙っています。
過去の常識が通用しない気象状況になってきているのかも知れません。
次は我が身と思って備えておきたいものです。
ミグリーフケア Side by Side 「さばさ」 ㄱ のメールマガジン第 22 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

ラグビー、見入ってしまいました。強くなったなあって。
私が高中生のころは、まだまだ、ラグビー人気が高かった時代でした。
そして、成人した息子も小学生の頃はラグビーをしていたので、思い入れなお一層です。
でも、子どものラグビースクールの保護者の方が立て続けにお二人お亡くなりになってい
て、ラグビーを観ると、胸の奥が疼きます。
感動だけではなく、一緒に応援したかったねって涙があふれました。

2) グリーフ体験談

【母への思いを解き放って ～ごくふつうの死別に隠されていた複雑な感情～】

S. F さん

(心理カウンセラー)

母は、非常に話し好きな人でございまして、わたくしは毎日のように二時間あるいは三時間ほど、母の相手を務めなくてはなりませんでした。母ももう年でございますので、同年代の友人たちも多くは鬼籍に入ってしまった、身近な話し相手はわたくしぐらいしかいなかったのです。

食事についても気を遣いました。母は肉が好きではなく、魚料理を好んでいました。我が家には若年の子どもたちがいますから、こちらは肉中心。別メニューを用意する必要があります。毎日のことですから、知らず知らず、負担になっておりました。

その頃のわたくしは、ボランティア団体の仕事や家族の世話に忙しく、そこに母の世話、買い物や病院の付き添いが加わったものですから、それはもう目まぐるしい毎日でした。

母には、もちろん感謝もしております。たくさん助けられたこともございました。

わたくしは現在、不登校の子どもの支援団体の代表を務めているのですが、実のところ、わたくし自身の三人の子も、それぞれ不登校になった時期がございました。

けれど母は、そんな子どもたちのことも否定せずに受け入れ、ずいぶんと可愛がってくれたました。母がいなければ、わたくしはあの時期を乗り切ることができなかったかも知れません。

もしかすると、そういった感謝の気持ちが、母との生活に対する不満を覆い隠していたのかも知れませんね。

わたくしには五つ年上の兄がおります。兄は父の会社で働いていたのですが、若干、精神を病んだ時期があり、その関係で会社を辞めて、自ら起業などしておりました。

母はそんな兄のこともたいそう案じておりまして、そんな心配ごとをわたくしに語って聞かせたりいたしました。そのことも、わたくしには負担になりました。

母に良くしてあげているのは兄ではなくわたくしのほうなのに、なぜそんなに兄のことばかり気にかけるのか。わたくしの胸に湧き起こるのは、兄に対する嫉妬のような感情でもあり、母に対する恨みのような感情でもありました。

でも、それを高齢の母に言うわけにはまいりませんでした。

(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/>

・2020年4月18日(土) 「親の死を経験した時の心身のプロセス～心の専門家が自分を振り返る～」【さばさ】

演者：江夏亮さん 臨床心理士、公認心理師、日本ゲシュタルト療法学会 スーパーバイザー、江夏 心の健康相談室主宰) (<https://enatsu-kokoro.com/>

日時：2020年4月18日(土) 14:00～16:30 定員 90名

場所：新大阪丸ビル別館 <https://marubiru-bekkan.com/> ※JR 新大阪駅東口より徒歩2分

※グランフロント大阪から変更となりました。

参加費：事前決済 3,500円 (当日会場にて決済 4,000円) ※小学生以下無料

☆メルマガ割引あります！

お問い合わせフォームかメールでの事前連絡+当日メルマガまたはご挨拶の提示で、当日決済から¥600引き

他の割引との併用はご容赦ください。

・2020年4月19日(日) 江夏亮さんによる個人面談

日時：2020年4月19日(日) 10:00～12:00 13:00～16:00

対象：グリーフケアが必要だと感じていらっしゃる方はもちろん、なんとなく心がもやもやする方、江夏さんの個人ワークを体験してみたい方、江夏さんから学びたい方もお申し込みいただけます。が、講演会参加者が優先となりますことをご了承ください。複数人での面談はご相談ください。

費用：18日の講演会参加者は ¥6,000 /50分 その他 ¥10,000 /50分

※当日お支払いください。

場所：新大阪丸ビル別館 <https://marubiru-bekkan.com/> ※JR 新大阪駅東口より徒歩2分

※グランフロント大阪から変更となりました。

※講演会とは部屋が違うのでご注意ください。

お申し込み：4月18日(土) 19:00 までに、1) 講演会参加の有無 2) 希望時間 3) 連絡のつくお電話番号を記載の上、ご連絡ください。締め切り後、折り返しお電話で調整させていただきます。

4) メールマガジンについて

■発行 不定期発行です。

■転送など

当メールマガジンは、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

当メールマガジン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=1564754504144857>

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=1564754504144857&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。

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

■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/>