

# ゆきあかりの会 お知らせ No.12

2007年6月9日



## 《ゆきあかりの会》にご参加くださった皆様へ

もうすぐ梅雨入りですね！

9823東海地域も、もうすぐ梅雨入りしそうですね。

梅雨の時期は、ジメジメとした気候と共に、精神的にも落ち込んだり、重い気持ちになったり、“明るいこと”や“楽しいこと”を考えられなくなったりもしがちです。これはとても自然な思いですし、自然な状態です。

ただ・・・、ちょっとだけ早起きを試してみたり、普段は着そうもない明るい色の洋服を着てみたり、部屋の模様替えを少しだけしてみたり、大好きな花を買って飾ったりする、“プチ(意味:少しだけ or 小さな)気分転換”をしてみてもいいでしょうか？

いつもいつもはしんどくなってしまうのですが、1週間に1回とか、お給料日にだけしてみるとか・・・、**ちょっとだけ**頑張ってみる、つまり”プチ頑張り”体験は、きっと、『生きていく』エネルギーを皆さんに回復させてくれる手助けになるかもしれません。

毎日を生きること、過ごすことで精一杯、既に頑張っている皆様には、もうこれ以上、無理に頑張らなくても・・・って思います。だから、もし『頑張る』としたら、“プチ頑張り”をどうかなさってくださいね。



## ★今年度の分かち合いの集いの日程です！！

### ☆第9回ゆきあかりの会

日時：2007年7月29日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館**5階5A教室**

### ☆第10回ゆきあかりの会

日時：2007年9月2日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館**6階6A教室**

### ☆第11回ゆきあかりの会

日時：2007年11月11日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館**6階6A教室**

### ☆第12回ゆきあかりの会

日時：2008年1月13日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館**6階6A教室**

### ☆第13回ゆきあかりの会

日時：2008年3月2日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館**6階6A教室**

\*会場の日本福祉大学名古屋キャンパスへは、どうかご連絡をなさらないでくださいますようお願い申し上げます。連絡先：**近藤浩子**:携帯電話 090-3909-4515

### 【ご参加のお申し込み方法】

- ①ご参加のお申し込みは、それぞれの日程の**2日前(金曜日)までに**、事務局宛てにお申し込みください。
- ②参加費はお一人1000円です。当日、会場の受付でお支払いください。

## ★ラジオ番組《百万粒の涙を流そう》、ただいま放送中！！

《ゆきあかりの会》企画・制作の「グリーンケアラジオ 百万粒の涙を流そう」が、名古屋シティエフエムラジオ局(通称;SHANANA! FM)から、毎週日曜日の夜 19時30分から45分まで放送中です。

グリーンケアラジオ「百万粒の涙を流そう」の6月分放送内容の予定(内容は変更の可能性もあります)

放送回数	放送日	＜グリーンケア宅配便＞コーナー	＜グリーンシアター＞コーナー	＜遺族会のお知らせ＞コーナー
No.40	6月3日	「子供へのサポート②死別体験をした子供が表す主な反応について」	CD「鶴になった父ちゃん」 長淵剛・作／歌	・リメンバー名古屋自死遺族の会
No.41	10日	「子供へのサポート③死別体験を持つ子供をどのようにサポートするか」	詩画集「君を失って言葉が生まれた」 藤川幸之助・作	・名古屋市精神保健福祉センター「自死遺族相談」
No.42	27日	「大切な人の遺骨への思いについて」	CD「さくら」高野浩一 ・作／歌	・日本ホスピス在宅ケア研究会高山大会
No.43	24日	「愛する人の死を受け入れるとはどのようなことなのか？」	未定	・日本ホスピス在宅ケア研究会高山大会



## ★「第3回生きがい探索講座(通称:やってみよう会)」のご案内です！！

### －『パステルアート“体験”講座』－

第3回目の「やってみよう会－パステルアート体験講座」をご案内致します。

皆様はきっと、「パステルアートって何？」って思っているんじゃないかなと思います。

『パステルアート』というのは、パステルというクレヨンに似た画材を、粉状に細かく削って、コットンや指で画用紙に塗りつけて絵を描いていくものです。

実際に筆で描くのではないので、「絵が苦手！」という方でも大丈夫です。

今回は、『パステルアート』にまずは親しんで頂きたいとの思いを込めて、“体験”講座としました。

実際に、画用紙に色を難色も混ぜながら塗り重ねて、『パステルアート』の感触を感じて頂いて、その後、1枚、初夏をテーマとした絵を皆さんと一緒に描いていきたいと思っております。

そして、描き終わった後、皆さんでご自分の思いを込めた作品を鑑賞し合い、楽しくお茶とお菓子で談笑し合いたいです！！

画用紙やパステル等材料は、事務局でご用意いたしますので、身軽でおいでくださいね。

1. 日時 平成19年6月24日(日)10時開始 12時30分終了(受付:9時45分から)
2. 会場 日本福祉大学名古屋キャンパス北館6階6A教室
3. 参加費 お一人4000円(画用紙等材料費込み、茶菓子付き)
4. 持参するもの エプロン(服が汚れるのを防ぐ為)
5. その他 作業を実際に致しますので、あまり綺麗な格好でおいでくだらない方が良いでしょう。
6. 申込期限 準備の都合がありますので、6月22日(金)までに事務局宛てにお申込ください。



## ★素敵な絵本のご紹介 No.9

『きつねのでんわボックス』 戸田和代・作 たかすかずみ・絵 金の星社 ￥900+税  
今回は絵本ではなく、童話を皆さんにご紹介したいと思います。

この童話は低学年の小学生を対象とした本ですが、おとなが読んでも切なくて、心が温かく、そして思わず涙がポロツとなってしまふ本です。

山の麓にある、古い取り壊し寸前の電話ボックスを舞台とした、子供を亡くしたお母さんぎつねと、母親が病気で入院をしている人間の男の子のお話です。

ある日、子供を亡くして悲しみにくれているお母さんぎつねが、古い電話ボックスで、人間の男の子が母親らしき人と電話をしているのを見かけます。

人間の男の子に、亡くした息子の面影を見出し、お母さんぎつねは毎晩毎晩、その男の子の姿を見たくて、その男の子の声が聴きたくて、電話ボックスの近くにやってきます。

勿論、その男の子は、お母さんぎつねのことはまったく知りません。

でもある日…、電話ボックスはとうとう取り壊す為に使えなくなります。でも、お母さんぎつねは男の子の姿が見たい、声が聴きたい！！

…そのお母さんぎつねの悲しくも強い思いが、お母さんぎつねを電話ボックスに変身させます。

そこへ男の子がやってきて、お母さんぎつねが変身した電話ボックスの中へ入っていきます……。

愛する子供を亡くしたお母さんぎつねの、とても深い悲しみがキュン！！と伝わってくる童話です。そして、切なくて悲しくて、温かくて優しく……。

愛する人を亡くした皆さんはきっと、このお母さんぎつねの思いに共感できることと思います。

★ 《ゆきあかりの会》では、皆さんから、〈お知らせ〉に載せたいニュースや、亡くなった愛する人への思いを綴った作品等の投稿も随時募集しています。

この『お知らせ』の配布先は、ゆきあかりの会の集いにご参加くださったご遺族の皆さんです。

また、《ゆきあかりの会》のホームページ(ブログ形式)でも掲載しています。



先日、名古屋市内の某テレビ局から、「ペットロスサポート」についての取材申込が私宛にありました。

家族同様のペットを失ったことによって起こる悲嘆を表す『ペットロス』について、私自身もペットロスの体験者であり、また、現在も4匹の猫と一緒に暮らしていることもあり、もっと世の中に広く伝えたい、理解を深めたいという目的には大賛成でした。

が、記者から、「ペットロスのカウンセリング場面を取材させて欲しい」と。

勿論、即刻お断りしました！！

分ち合いの現場やカウンセリング場面を取材の対象にしたり、取材を許可することは、私達《ゆきあかりの会》及び、私自身は、今までも、今後も一切ありえません。

私は、分ち合いやカウンセリングの場という空間は、何よりも安心感と安全感が大切だと思っています。

《ゆきあかりの会》でも、安心感と安全感を守る為、分ち合いにはいくつかのルールを作って、ご参加くださった皆さんにも「どうか守ってください」と、いつもお願いしています。

そして、《ゆきあかりの会》の分ち合いや私が行っているカウンセリングの現場では、これからも一切、取材のマイクやカメラが入らないことを、皆さんにお約束します。

《ゆきあかりの会》の分ち合いの場が、その空間に集う全ての人に、安心感と安全感を提供できていけるように、今後とも皆さんのご協力を心からお願いいたします。

そして、今までもご協力、ありがとうございます。



大切な人を亡くした方の集い《ゆきあかりの会》代表 近藤浩子

### 〈ゆきあかりの会 事務局〉

代表 近藤浩子(臨床心理士)

☎ 090-3909-4515

FAX 020-4669-4206

e-mail yukiakarino@yaho.co.jp

〈ゆきあかりの会〉ホームページ

<http://yukiakarino.blog87.fc2.com/>

〈グリーンフェアラジオ百万粒の涙を流そう〉ブログ

<http://tears100.blog88.fc2.com/>