

# ゆきあかりの会 お知らせ No.125

2026年1月4日



新しい年、2026年(令和8年)が明けました。

今、この空間には、さまざまな想いや体験を、抱えられた方々がおいでになられていると思います。

年がどんなに変わろうとも、私達の『悲しい体験や想い』は心の中に残り続けています。

そのような…おつらい想いを抱いて、ご参加くださった皆様にとって、本日の集いが少しでも癒やしに繋がる空間であれば…と願っています。おつらい中、お顔を見せに来てくださって、本当にありがとうございます。

## ★次回のゆきあかりの会の日程

### 【日程と会場】



第126回 3月の集いの日程は、**1月7日(水)に決定**します。決定し次第、ホームページに掲載致します。

〒466-0023 名古屋市昭和区石仏町1-48 (地下鉄鶴舞線及び桜通線「御器所(ごきそ)」駅下車)

【時間】 **13時30分に開始**し、遅くとも16時前までには終了致します (受付:13時15分～)。

\*お願い ; 準備の都合上、会場へはなるべく13時15分以降、ご来場くださいますようお願いいたします

① 参加のお申し込みは、**準備の関係もあり、2日前の金曜日までに(!!!)**、事務局:近藤宛てにお申し込みください。**2回目以降の方も、出席者数を把握する為にご連絡をくださいね♥**

② **参加費はお一人500円**です。当日、会場の受付でお支払い願います。



### ＜昭和生涯学習センター案内図＞



◆地下鉄鶴舞線及び桜通線

「御器所」駅下車

②番出口から南へ300M

③番出口から南東へ300M

◆個人の住宅やマンション等が並ぶ街の中にある、3階建てのレンガ色(茶色)の建物です。

## 今も…『ご自分を強く責め、悲しみの中にいらっしゃる』あなたへ…

2026年(令和8年)が明けてすぐの、『ゆきあかりの会』の集い…。

世の中が浮足立ち、笑顔だらけの家族や親族達が集ったり、幸せムードが“いっぱい溢れた”年末年始の中で、ひとり…おつらい想いを抱え、眠れない夜を過ごし、思い出や、愛する亡き人の写真を眺めながら過ごされているみなさまに、何をお伝えすれば良いのか〜？と、ずっと考えていました(というよりも…、私自身は、何を伝えて欲しいと思うのかなとも)。



今回ご参加くださった皆様の中には、「昨年までは、幸せな年末年始を過ごしていたのに…」という想いの方もいらっしゃると思います。ガラッと変わってしまった『今』と、幸せを感じていた『あの頃』を比較したり、ただただ忘れようとしたり、否定しようとしたり…、さまざまに皆さまは、ご自身のお心と身体を守る為に、この年末年始を必死に過ごされていらっしゃったと思います。

ただ…きっと、外側からは“幸せそうな家族達”にみえても、実は…必ずしも…と言うこともあるかもしれないし、「でもせめて、年末年始だけは…！」とお思いの人達も、私達の周りにいらっしゃるかもしれません。『こうしなければならない』とか、『こうすべきである』ということなど、ありません。

ただ…みなさまが、「こうした方が、まだ楽に想える」とか、「一瞬でも”笑える”時があった」とか、みなさまが日々の暮らしの中で、灰色一色の世界かもしれませんが、でもほんの”一瞬”、“ひととき”でも、ホッとできたり、少し微笑むことができた体験や時間があって欲しい…とも思っています。

こんな自分は幸せになってはいけないんだ」とか…、「私は笑ってはいけないんだ」と思われている方もおいでになると思います。



ただ…、私は霊的な人間では無いので、“あくまで私個人の想像”なのですが…、亡き“私の大切な人”は、きっと、私に笑って欲しいと思っているかも…とか、「楽しい体験をもっとしてよ！」と思っているのかも…とか、最近、漸く思えるようになってきました。

みなさまの中には、到底、このような想いになれなくて、それどころか、「自分の責任だ！自分は幸せになってはいけないんだ！」と、強く思われている方もおいでになると思います。

でもいつか…、ご自分を許せて、労わることができる”あなた“になれる日が訪れる…と信じています。

新しい年が明けました。とは言え、近藤自身は仕事はお休みであっても、ほぼ、何も変わらない年末年始でした。ただだひたすら、愛猫🐱と一緒に過ごしまくっていました。とはいえ、新年4日にゆきあかりの会の集いがあるので、“ある程度の緊張感”も常に感じていました。そして…、日常の仕事も、『ゆきあかりの会』もあと何年、続けることができるのかなあ…と、年末と新春早々、心の中で自問しまくっていました…。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・公認心理師)

Phone 090-3909-4515

e-mail yukiakainokai@yahoo.co.jp

<ゆきあかりの会>ホームページ

<https://grief-libera.org/yukiakari/>

