

ゆきあかりの会 お知らせ No.4

2006年8月3日



ゆきあかりの会にご参加くださった皆様へ

暑中お見舞い申し上げます。

ようやく長梅雨も明けて、毎日30度を超す猛暑が続いておりますが、皆様にはいかがお過ごしでしょうか？

体脂肪率が高い私は暑いのが大の苦手なので、「早く涼しい秋にならないかなあ〜！」と今から心の中で待ち焦がれています。

皆様の中には、今年のお盆が新盆でいらっしゃる方も多いかと思えます。

お盆や故人のご命日やお誕生日、結婚記念日やクリスマス、お正月などなど・・・、亡くなった大切な人の思い出につながる日や時期が近づくと、普段以上に気持ちが落ち込んだり、悲しさや寂しさが一段と深くなったり、体調を崩してしまったり・・・などということが起こりがちです。

皆様は「自分はおかしくなってしまったのではないだろうか？」とか、「病気になってしまったのだろうか？」などと不安に思ったり、かえって益々落ち込まれてしまわれるかもしれません。

しかし、これは『**記念日反応**』といって、大切な人を亡くされた多くの方にごくごく自然に起こる、まったく正常な心や体の反応ですので、どうぞご安心くださりたく思います。

今年のお盆も、どうぞ皆様にとって、亡くなられた愛する人との、今なお続いている強い強い絆を感じてくださる『大切な時間』になりますようにと、心からお祈りしています。



★今年度の《ゆきあかりの会》の日程です。

☆第4回ゆきあかりの会

日時：2006年9月3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5回ゆきあかりの会

日時：2006年11月5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6回ゆきあかりの会

日時：2007年1月7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7回ゆきあかりの会

日時：2007年3月4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 お申し込みの際には、
ア) お名前 イ) ご年齢 ウ) 亡くなられた方の続柄 をお伝えくださいますようお願い申し上げます。
- ③ 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。

【お申し込み先】

ゆきあかりの会 事務局 代表 近藤浩子 TEL 090-3909-4515
FAX 020-4669-4206
e-mail yukiakarinokai@yahoo.co.jp



★ ラジオ番組『百万粒の涙を流そう』の9月からの放送が決定致しました！！

前号でお伝えしました、ゆきあかりの会が作成しますラジオ番組放送の件ですが、多くの皆様のご厚情によりまして、このたび、《名古屋シティFMラジオ局（通称；シャナナ！FM、76.1MHz）》からの放送が決定致しましたので、御礼を申し上げますと共にご報告を致します。

1. 番組タイトル 「百万粒の涙を流そう」
2. 放送日時 毎週日曜日19:30～19:45（毎回15分間）9月3日から開始予定
3. 放送ラジオ局 名古屋シティFMラジオ局（通称；シャナナ！FM、76.1MHz）
主な聴取範囲・・・名古屋市中西部及び中村区に隣接した市町村
* 但し、大阪有線放送のC-35チャンネルでは全国から、そして愛知県のケーブルテレビの「スターキャットテレビ」でも、同時刻に番組が聴取できます。
4. パーソナリティ 鷹見有紀子（ゆきあかりの会のスタッフです）、時々、近藤浩子も・・・？
5. 主な放送内容(予定)
 - ・死別の悲しみの癒しの助けになるような音楽や絵本、書籍のご紹介
 - ・ご遺族から、亡くなられた愛する人への手紙や手記のご紹介
 - ・グリーンケアやグリーンワーク（喪の悲しみの仕事）に関するミニ知識のご紹介
 - ・愛知県や東海地域のさまざまな「ご遺族の集い」のご紹介 などなど・・・

この、ゆきあかりの会提供のラジオ番組『百万粒の涙を流そう』の中で、自分の思いや体験を表現なさいたい方、亡くなった愛する人へ今の気持ちを「手紙」としてお伝えしたい方は、どうぞ事務局までご連絡くださればと思います。

心からお待ちしています。

★ 《やってみよう会(仮称)》を始めようかと考えています。

そこで、皆さんの“趣味”や“特技”の講師役を募集しています！！

ゆきあかりの会では新たに、ご遺族の皆さんの出会いやつながりを深めていく場の一つとして、何か楽しいことや癒されることや、趣味や生きがいにつながるような集い、「やってみよう会(仮称)」を新たに始めようと考えています。

例えば・・・、皆さんで絵手紙を描いたり、写経をしたり、コラージュ(貼り絵)をしたり、皆でお菓子を持ち寄って茶話会をしたり、「おとなのぬり絵」をしたり・・・、などなど・・・。

まだ具体的には何も決まっていますが、皆さんの中で、「こういうことをやりたい！」とか「自分はこういう趣味や特技があるから、講師役になっても良いよ～！」という方がいらっしゃったら、ぜひ積極的に事務局宛にご連絡ください！！

原材料費は事務局で負担致しますのでご安心くださいね。

皆さんと、楽しいひとときを持ちたいと考えています。

今、先ずはということで事務局が考えているのは、『コラージュで今の私の思いを表現しよう!』という企画です。

『コラージュ』というのは、自由に切った写真や雑誌等の切抜きを、画用紙の自分の好きな場所に、自分の好きなように貼っていく・・・というものです。心理療法では『表現療法』あるいは『芸術療法』の一つとしてよく用いられています。

『言葉』ではなかなか表現しにくい、表現することが難しい自分の思いを、自分でもびっくりするくらい、とても自然に、素直に表現することができます。それに、はさみや糊を使ってペタペタと作品を作っていく・・・という過程は、思わず子供時代に帰ったような、懐かしい気持ちにもなれます。

事務局では、コラージュに限らず、これから皆さんと少しずつ少しずつ、遺族の集い以外での活動を広めていきたいと考えています。

そして・・・いずれは、例えば・・・、講師の先生を呼んで、遺族ケアや「死別後の新しい生きがい」に関する講演会を開催したり・・・も、できていければ良いなあと思っています。

皆さんからも、いろいろなアイデアや企画を募集しています！！



★ 素敵な絵本のご紹介 No.3

『白い犬とワルツを』 原作/テリー・ケイ 文/三木卓 絵/YUJI ゆまに書房 ¥980+税

この絵本は、新潮文庫版として出版されてロングセラーになった『白い犬とワルツを』を元にして作成されました。

主人公のサムは81歳。57年間連れ添った妻のコウラが突然亡くなり、子供達は既に独立して、一人ぼっちになってしまいました。

ある夜明け、サムは窓の外に1匹の、痩せた白い犬がじっとサムを見ているのを見つけます。

その犬は毎日毎日やってきて、サムをじっと見えています。

サムは近くに住む娘に、この野良犬を追い払ってくれるように頼み、娘は懸命に探しますが、犬を見つけられずに、「ああお父さんはまぼろしの犬を見るようになってしまった」と思います。

ある日、妻と息子の墓参りの帰り道にサムは白い犬と出会い、そして話しかけ、お腹をさすります。それから、時々、白い犬はサムが寂しい時には現れるようになります。

ある日、犬がサムに向かって後ろ足で立ち、その前足をサムの歩行具に乗せて一緒に動きます。

サムは「犬とワルツを踊るなんて初めてだ。」と言いますが、娘や息子には犬が全く見えません。

何年か後、サムはコウラに昔、求婚した思い出の地を白い犬と共に再び訪れます。

サムは「もっと早く、ここにコウラと二人で来なければならなかった…」と嘆きます。

その思い出の地で、白い犬は喜んで走り回っていました。

それから7年後・・・、サムはがんで亡くなります。犬とは一緒に暮らしていましたが、サムの命が終わりに近づいた頃、犬はどこかへ駆け去って行って二度と戻ってきませんでした。

サムは末息子に言います、「白い犬、あれは母さんだった。今はお墓にいる。私を待っている」と・・・。

サムの葬式の翌日、末息子がサムの墓参りに行くと、墓の周りに可愛い犬の足跡が散っているのを見たのでした・・・。

サムは妻への深い愛情があったからこそ、妻の死後、深い孤独の中で生き続け、そして、その深い愛情と孤独の中から、サムが“妻の化身”であると信じた白い犬がサムの元へ現れます。

余生を白い犬と共に生きたサムの姿と、そのサムの晩年に寄り添うように共に過ごした白い犬との関係を思うと、物悲しく、寂しさも感じますが、しかし、とても心が温くなる絵本です。



これから益々暑さが厳しくなっますますし、次回のゆきあかりの会の集いの9月3日も、まだまだ残暑が厳しい頃です。どうぞ体調にはくれぐれもお気をつけてお過ごしください。

ご自分の体調のことまで気を配る余裕や気力がない方もおいでになるかと思いますが、でも、どうぞご自分のことを大切に大切にいたわって差し上げて欲しいと思っています。

たとえようもない苦しみの中を必死に、精一杯の思いで生きていらっしゃるご自分を、どうぞもっともっと大事になさってくださいね。かけがえのないあなたを大切にしてくださいね。

9月の集い、まだまだ暑い暑い頃ですが、どうぞ心からお待ちしています。

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

