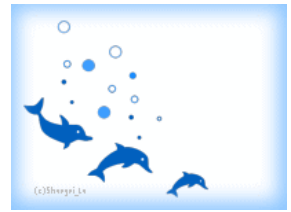
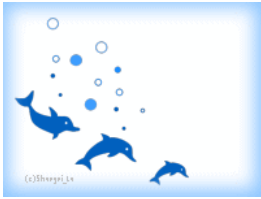


# ゆきあかりの会 お知らせ No.48

2012年7月29日



## ♡ゆきあかりの会の集いへご参加くださった皆様へ♡

毎日、本当にサウナ風呂のような猛暑が続いていますが、皆様は体調など崩されてはいませんか？  
今年も、昨年同様に、「節電！省エネ！」の大合唱があちこちから聞こえてきていますね。  
勿論、誰もいない部屋にエアコンをバンバンかけたり、照明を煌々と照らす等の電気の無駄遣いは避けた方が良くに決まっていますし、省エネを心がけるのはとても大切なことですよね。

ただ、なにごともし過ぎは、かえって健康に害を与えますし、何より、正論を大声でかざされると、個々の人々の生活の事情や、一人一人の人生の状況を無視されたり、非難されてしまうということも起こってきます。

大切な人を亡くされて悲しみの中にいらっしゃる皆様にとっては、何よりも、ご自身の心と体の健康を守っていくことが大切です。

世の中の正論や社会の大きなうねりが、必ずしも、皆様の今の苦しみにとってふさわしい状況ではないかもしれないし、かえって、皆様を追い詰めてしまうことすらあります。

どうか、皆様には節電や省エネも大事かもしれませんが、今の皆様の生きづらさや苦しみを少しでも和らげる為に必要であれば、今は、思う存分、電気等のエネルギーを使っても構わない、というよりも、ぜひ使ってください！と、私は皆様に、大きな声でお伝えしたいと思います。



## ★次回のゆきあかりの会のご案内です！

### 【日程と会場】

**第40回 2012年9月30(日) 昭和生涯学習センター3階 第3集会室**

〒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)

★ 会場への交通案内は次ページの地図をご覧くださいね！！

【時間】 **13時15分に開始し、16時までには終了致します(受付;13時～)。**

### 【ご参加のお申し込み方法】

- ① 参加のお申し込みは、**二日前の金曜日までに**、事務局:近藤浩子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1000円です。当日、会場の受付でお支払いください。



## 《昭和生涯学習センターへの案内図》



### 【交通機関のご案内】

- ◆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
- ◆集い開始：13時15分～  
(受付開始：13時～)
- ◆個人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。

## 《よりそいホットライン》をご紹介します！

\*大切な人を亡くされた方にゆきあかりの会をご紹介します等、皆様のお役にきっと立てるホットラインだと思うので、再掲しますね！



《よりそいホットライン》とは…？ (HPより抜粋したものを、この「お知らせ」用に一部修正して掲載しました)

昨年9月22日「被災者への健康調査結果によると、回答者約1400人のうち、睡眠障害が疑われる人の割合は4割を超えた」と厚生労働省研究班が発表しています。また、石巻の仮設住宅で60代の独居男性が自殺で亡くなり、しかもその遺体が一週間以上経って発見されるという事態も起きてしまいました。

こうした危機に対応するため、被災した経験を持つ地方自治体の首長や首長経験者等が発起人となり、全国の民間団体に協力を呼び掛けて、『一般社団法人 社会的包摂サポートセンター』が設立されました。

「せっかく一度は助かった命を失わせてはならない」。これがホットラインスタートの決意だそうです。

被災者に限らず、どんな悩みでも、一度電話で相談してみたいはかがでしょうか？

# 電話番号 0120-279-338

(フリーダイヤル つなぐ・ささえる、24時間対応)

## 仕事の悩み 例えば...

- ・就職したい
- ・解雇されてしまった

## 心の悩み 例えば...

- ・誰かに話を聞いて欲しい
- ・さみしい、つらい

## お金の悩み 例えば...

- ・借金が苦しくて支払えない
- ・年金／医療費について困っている

その他、生きづらさを感じていること、日々の暮らしの中でしんどいと感じていることなど、24時間無料で、専門の相談員が対応していますので、もしも...の時は、ご相談なさってみてはいかがでしょうか？



## 生活の悩み 例えば...

- ・所持金がない、食べるものにも困っている
- ・住むところがない

## 家庭の悩み 例えば...

- ・家族の中で暴力がある
- ・離婚したい

## 病気の悩み

## 《ワンポイント アロマセラピーコーナー》

今回は、虫よけスプレーの作り方をご紹介します。

我が家には猫が6匹いるので、殺虫スプレーや化学製品を使った殺虫剤をなるべく使いたくないと思っています。

小さなお子様や高齢者やご病気の方がおいでになられるご方の中にも、きっと「なるべく使いたくない」とお思いいらっしゃる方がおいでになるのではないのでしょうか？

殺虫剤ではなく、虫を寄せ付けないスプレーですので、効果はそれほど強いものではありませんが、安心してどこでも、何度でも使えます。



【材料】 ①エッセンシャルオイル：シトロネル、レモンユーカリ、レモングラス、ゼラニウム、ラベンダーの中で数種類を10滴 ②無水エタノール5ml ③精製水(水道水でもOK)45ml

【作り方】①遮光性のスプレー容器(100円ショップに売っています)に、無水エタノール5ml(薬局やドラッグストアに売っています)にエッセンシャルオイル10滴を入れて、よく混ぜ合わせます。

②精製水(水道水でもOK)を45ml加えて混ぜます。

③使う時は、必ず、よく振って、中身が混ざるようにしてくださいね。



## 岐阜いのちの電話主催 「いのちの講演会」のご案内

NPO法人岐阜いのちの電話協会が、9月に岐阜市内の会場で、臨床哲学者でもあり、大谷大学教授でもあり、数多くの著書を持つ鷺田清一氏を招いて、公開講演会を開催しますので、ご案内申し上げます。

演題 **「傍らに在るといふこと」**

講師 **鷺田清一氏（大谷大学教授・臨床哲学者）**

著書：『「聴く」ことのかー臨床哲学試論』、『死なないでいる理由』、『「待つ」といふこと』  
『教養としての「死」を考へる』、『語りきれないこと 危機と痛みの哲学』等

日程 **2012年9月16日（日） 13：30～15：00**

会場 **ホテルグランヴェール岐山 2階 カルチャーホール**

〒500-8875 岐阜市柳ヶ瀬通6-14 電話 058-263-7111

アクセス JR岐阜駅から

①バス利用 岐阜大学キャンパス行き(所要時間約9分) 柳ヶ瀬西口下車 徒歩2分

②タクシー利用の場合 所要時間約5分

入場 **無料 事前申し込み不要**

（但し、会員満席の場合は、入場をお断りする場合があります）

定員 **320名**

問合せ先 **岐阜いのちの電話事務局 電話：058-297-1871（月～金午前中）**

私は腰痛持ちというか、「第5腰椎すべり症」という持病を持っていて、今夏、生まれて初めてコルセットを装着しました。暑さが倍増するような感じですが、でも、腰がとて楽になり、自分でもびっくりです。

腰の持病だけでなく、昨年秋に大病をして以来、体力も気力もなかなか回復できず、皆様にご心配を頂いたり、励ましのお言葉を頂いたり、ゆきあかりの会という、「本当は出会いたくはなかった出会いの私達」ですが、人の心の温かさを感じました。

でも、私はそれを「絆」とは言いたくないし、思っははしません。

私の個人的な思ひですが、「絆」という言葉には強制力を感じてしまうのです。

今、世の中は「絆」の大合唱ですし、大安売り状態ですね。家族の絆を見直したとか…。でも、見直したくても家族がいない人達も、この社会には当然生きていますし、手を握りたくても相手がいない人達も…。

ゆきあかりの会は、大きな声には負けてしまうかもしれませんが、でも、小さな声でしか語れない、つぶやけない人達の出会いと繋がりを大切にしていきたいな…と、本当に私は思っています。

スタッフが二人しかいない小さな、小さな会ですが、これからも宜しくお願い致します。

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) Phone 090-3909-4515

FAX 020-4669-4206

e-mail yukiakarinokai@yahoo.co.jp

<ゆきあかりの会>ホームページ

<http://www.will.obi.ne.jp/yukiakari/>