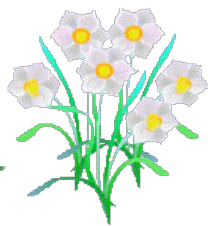


ゆきあかりの会 お知らせ No.51

2013年1月6日



♡ゆきあかりの会の集いへご参加くださった皆様へ♡

新しい年が明けましたね。

新年早々のゆきあかりの会の集いで、慌ただしい思いをされていらっしゃる方もおいでになるかもしれません。

あるいは、クリスマスから年末年始にかけての、世の中の賑わいや明るさが苦しくて、自分一人だけが取り残されてしまったような思いを感じられ、三が日が過ぎて、今少しほっとされていらっしゃる方もおいでになるかもしれないですね。

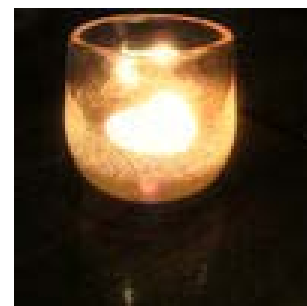
中には、お正月には普段、遠くで暮していらっしゃるお身内の方が帰省されたものの、再びそれぞれの場所に戻られ、日常の一人の生活が始まり、一層、寂しさを感じていらっしゃる方もおいでになるかもしれません。

今年の今頃は、『ゆきあかりの会』の存在など知ることも無く、「ああ、今年の今頃に戻れたら・・・」と涙されていらっしゃる方もおいでになるでしょう。

それぞれの方が、それぞれの思いで送られた昨年2012年、そして迎えられた今年2013年。

過ぎ去った時間は戻ってきませんが、私達の前からいなくなった大切な人との思い出や絆は、これからもずっとずっと、私の心の中に生き続けていきます。

今年1年が、悲しみは消えなくても、少しでも皆様の心の中に、「きょうも生きてみようかな？」と思えたり、「こういう新しい一歩を踏み出してみようかな？」と思える、たとえどんなに小さくても、揺らいだり、立ち止まったり、波立ったとしても、でも、確かな、消えたりしない“ゆきあかり”が灯る時間になって頂けたら・・・と願っています。



★次回のゆきあかりの会の日程は…未定です…。

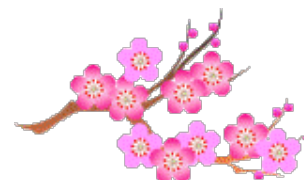
【日程と会場】

2013年3月中の日曜日に開催する予定ですが、大変申し訳ございませんが、本日現在、まだ日程が決まっていません。

日程が決まり次第、皆様に、葉書かメールでご連絡を申し上げます。

また、「ゆきあかりの会」のホームページでもご案内申し上げます。

今回と同じ、この「昭和生涯学習センター」で行う予定です。



《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。

＜日本司法支援センター 法テラス＞のご紹介



＜法テラス＞とは、国によって設立された、法的トラブル解決の為に「総合案内所」です。

(以下、《法テラス》のHPより、一部抜粋して編集致しました。 <http://www.houterasu.or.jp/index.html>)

「借金」「相続」等、様々な法的トラブルを抱えた時、「誰に相談すればいいの?」、「どんな解決方法があるの?」と、分からないことも多いですよね。こうした問題解決への「道案内」をするのが「法テラス」の役目です。

全国の相談窓口が一つになっていない為に、情報に辿り着けない、経済的な理由で弁護士等法律の専門家に相談ができない、近くに専門家がない、といった色々な問題があり、これまでの司法は、私達にとって、使い勝手が良いとは言えないものでした。そうした背景の中、刑事・民事を問わず、私達が、『どこでも法的なトラブルの解決に必要な情報やサービスの提供を受けられるようにしよう』という構想のもと、設立されたのが、法務省所管の公的な法人である、『日本司法支援センター(愛称:法テラス)』です。

私達からの問い合わせの内容に合わせて、解決に役立つ法制度や、地方公共団体、弁護士会、司法書士会、消費者団体等の関係機関の相談窓口を、法テラス・コールセンターや全国の法テラス地方事務所において、無料でご案内しています(情報提供業務)。また、経済的に余裕のない方が法的トラブルにあった時に、無料法律相談や、必要に応じて、弁護士・司法書士費用などの立替えを行っています(民事法律扶助業務)。その他、犯罪の被害にあわれた方などへの支援(犯罪被害者支援業務)等、総合法律支援法に定められた5つの業務を中心に、公益性の高いサービスを行っています。

法的トラブルを抱えたり、困った時、法テラスコールセンターにお問い合わせくださいね!

0570-078374 (平日9時～21時、土曜日9時～17時、日祝日年末年始休)



「こころの健康一日電話相談」のご案内

毎年1月に開催されています、愛知県臨床心理士会主催の「こころの健康一日電話相談」が今年度も開催されることになりましたので、皆様にご案内申し上げます。

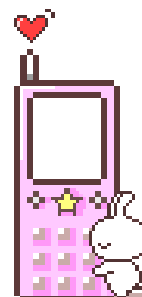
◆日時 1月27日 日曜日 午前9時～午後5時まで

◆電話番号 052-681-3510

◆相談は無料です（通話料金はかかります）

◆匿名で大丈夫です。お名前を名乗る必要はありません。

◆相談の対応は、愛知県臨床心理士会所属の経験10年以上のベテラン臨床心理士が行います。



「住宅賃貸借トラブルの無料電話相談」のご案内

愛知県行政書士会では、国土交通省住宅局「住宅セーフティネット基盤強化推進事業」の一つとして、住宅の賃貸借に係るトラブルについての無料電話相談を行っていますので、皆様にご案内を申し上げます。

日時 平日（祝日を除く）午後1時～午後4時まで

電話番号 052-908-3021



『命日反応』というのをご存知ですか？

『命日反応』は、『記念日反応』ともいわれています。

大切な人を亡くされた方が、故人のご命日やお誕生日、結婚記念日やバレンタインデー、クリスマス、年末年始等々、故人の人生に大きく関わる日や、故人との思い出に繋がる日が近づくと、ご遺族の方々の気持ちが普段以上に落ち込んだり、悲しみや寂しさが増したり、体調を崩したり・・・など、さまざまなしんどい変化が起こることがあります。

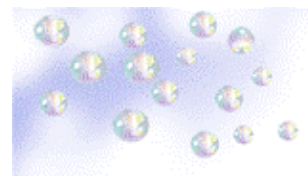
この状態の変化は、大切な人を亡くされた方にとっては、ごくごく自然な悲嘆反応です。

ですから、もしこのような状況になられても、「自分はおかしくなってしまったのだろうか？」とか、「せっかく少しずつ元気になってきたのに、また・・・」と、ご不安に思わないでくださいね。

精神医療の現場でも、医学的に正式に認められている症状です。

ですから、「今、私はこういう状態なんだ」と安心なさってくださいね。

もし、あまりにも日々の生活がおつらいようでしたら、メンタルクリニック等へ、この時期だけでも受診されるのも良いかと思えます。



2013年度 あいちホスピス研究会 公開講座のご案内

回	日程・時間	テーマ	講師
第1回	3月30日(土) 13:30~16:00	在宅ホスピスケア8年 —一見えて来た課題と展望—	山崎章郎氏 ケアタウン小平クリニック院長
第2回	4月27日(土) 13:30~16:00	上手な別れ方 —看とり 看とられ—	早川一光氏 総合人間研究所 わらし医者よろず診療所長
第3回	5月25日(土) 13:30~16:00	映画「だんらんにつぼん」 *ボランティアさんのお話	南医療生協50年の歴史。その活動を追った、笑顔と親切のあふれるドキュメンタリー映画
第4回	6月15日(土) 13:30~16:00	新しい死の分を求めて	アルフォンス・デーケン氏 上智大学名誉教授
第5回	6月29日(土) 13:30~16:00	安心して病や老いと向き合うために —成年後見制度と遺言—	堀田千津子氏 弁護士

《会場》 ウィルあいち(愛知県女性総合センター)
名古屋市東区上堅杉町1番地 電話052-962-2511
地下鉄「市役所」2番出口 東へ徒歩約10分

《参加費》 6000円(全5回一括のみ) 学生:4000円(全5回一括のみ)

《定員》 250名

《申込方法》 受付は1月10日より、葉書に、①住所、②氏名、③電話番号を記載の上、「あいちホスピス研究会公開講座」とご記入の上、あいちホスピス研究会事務局あてにお申し込みください。
参加費の振込のご案内が折り返し届きます。

《申込締切》 3月10日(土) 但し、定員になり次第、締切となります。

《問合せ先及び申込先》 あいちホスピス研究会事務局
〒470-0105 愛知県日進市五色園1-509
電話&FAX 0561-72-5145



三が日も終わり、少しずつ日常の生活が戻りつつありますね。

今年のお正月には名古屋市内でも雪が舞い散るなど、この冬は、本当に寒くて寒くてたまりませんね。

少しずつ陽が暮れるのが遅くなりつつあるとはいえ、まだまだ寒さはこれからが本格的になります。

名古屋近辺は2月や3月に雪が降ることも多いです。

個人的なことですが、私は風邪を一度ひくと、とても長引き、なかなか治らないので、いかに風邪をひかないようにするか・・・、健康管理に気を付けながら、ドキドキしています。

どうぞ、皆様もくれぐれも、暖かくして、栄養のあるものを食べて、心身もできるだけ休めて、毎日必死に頑張っていらっしゃるご自身のお心と体を労わってさしあげてくださいね。



<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/>