

ゆきあかりの会 お知らせ No.55

2013年9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♡

日中はまだまだ暑さが厳しい毎日ですが、朝晩はだいぶ過しやすくなり、夜には虫の音も聞こえ、空の雲も、秋らしい雲になってきましたね。

今年の夏は、何から何まで、本当に“異常”な夏でしたね。

残暑もまだまだ厳しいし・・・。

このような中を、息苦しさや寂しさ、つらい思いを抱えて、毎日頑張っている皆様は、この時期、夏の疲れがジワジワと出始める頃です。

一般の方々でさえ、この時期は夏の疲れが出やすい時季ですが、大切な人を亡くされた皆様にとっては、人一倍、疲れを感じる時季かもしれません。

時には思う存分にご自分を甘やかして差し上げてくださいね。



毎日を、一日一日を、精一杯生き抜くこと、生き続けることを必死に頑張っているのですから、時々、心や体にたくさんのご褒美を、ご自分で差し上げてくださいね。

ご自分の心と体に、きちんと自分でお礼を伝え、十分にいたわって差し上げてくださいね。



★次回のゆきあかりの会の日程です

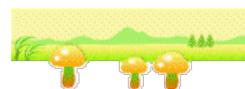
【日程と会場】

第47回 2013年11月10日(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。

◆素敵な絵本のご紹介No.33

『千の風になって -ちひろの空-』

原詩/作者不明 日本語訳/新井満 絵/いわさきちひろ

発行-講談社 2006年



皆様ご存じの方も多いと思われまゝ『千の風になって』が、いわさきちひろさんの絵を背景にして、絵本詩集として出版されています。

優しい温かな詩に、いわさきちひろさんの絵がとても背景として似合っていて、とても癒される1冊です。

文末には、日本語訳者の新井氏といわさきちひろさんの絵との出会いの物語、新井氏と彼のお父様との物語も記されています。

『千の風になって』には、内容的に賛否両論あって、かえって、この歌や詩に触れると悲しく、つらくなってしまわれる方もおいでになります。

人の心は様々ですし、死のとらえ方、感じ方、体験もそれぞれ異なっています。

ご自分が自然に感じられる、その思いが一番大事かと思えます。

その一つのとらえ方、感じ方として、こういう思いもあるのかもしれない・・・と思い、今回、ご紹介いたしました。

名古屋「支える会」開催のご案内

配偶者を亡くした人達が集い、支え合う、クローズドの会である、『日本グリーフ・ケア・センター名古屋 支える会』が、10月から新しい講座をスタートさせますので、皆様にご案内申し上げます。

名古屋「支える会」のお知らせ

内容： 伴侶との死別の悲しみにある人々が集い、語り合うことで、癒しと成長を見つける。

日時： 10月12日(土)より、月1回。 4か月間、計4回

毎回第2土曜日 13:30~15:00

会場： 名古屋YWCA 名古屋市中区新栄町

(名古屋駅より地下鉄東山線藤が丘行き「栄(さかえ)」下車、徒歩5分)

会費： 全4回 5000円 (会場費、資料費として)

主催： 日本グリーフ・ケア・センター (代表 中央大学名誉教授 長田光展)

問合せ先： 電話&FAX 059-245-5170 (長尾さん)

* 本会は、ボランティア活動であり、宗教とは一切関係がありません。



今年の夏は、何から何まで異常でしたね。

大雨や台風の被害もあって・・・。

皆様は大丈夫でいらっしゃいましたか？

ようやく秋らしくとなってきて、暑いのが苦手な私はホッとしています。

私自身も体調を崩したり、心理的に落ち込んだりと、初めての体験をした夏でした。

でも、体重だけは減らない・・・。

秋の空って大好きです。

雲が高くなって、秋の風を感じられる雲模様ですよ。

そして、夜には月がきれいに輝いて・・・。

私は秋になると、月光浴を時々します。

月の光を全身に浴びて、心がとても落ち着きます。

これから日に日に夜が長くなっていきます。

皆さんも一度、月光浴をなさってみてはいかがでしょうか？

月の光を全身に浴びると、何とな〜く心が落ち着くかんじがします。

冬になると、寒くてたまりませんが、秋は月光浴には最適な時季かと思います。

ぜひお奨めします



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 yukiakarinoakai@yahoo.co.jp

<ゆきあかりの会>ホームページ

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