2022 年（令和 4 年）2 月　グリーフワークかがわニュースレター第 214 号

ニュースレター

2022 年（令和 4 年）3 月 5 日　グリーフワークかがわ広報部

「スタートはサヨナラ。サヨナラはスタート。」

春の足音が聞こえてまいりました。進学や就職など，これから始まる新生活に胸を躍らせている方も多いでしょう。

しかし，実はおめでたい新生活の始まりも喪失なんだということ，これはグリーフワークかがわのセミナーに参加して初めて気づかせていただいたことです。結婚は独身生活の喪失，高校進学は中学生生活の喪失など，新しい生活はこれまでの生活を失うということでもあります。中には戸惑いや悲しみを感じ，新生活に馴染めない方もいらっしゃいます。

我が家には 2 人の娘がいますが，一昨年に一人暮らしを始めた長女に続き，この春，次女も進学のために家を出ることになりました。子どもの成長は大変うれしいことではありますが，一方で賑やかで慌ただしかった家族生活が終わりを告げることにはさみしさも感じます。これから始まる夫婦 2 人だけの生活はどんなものなんだろうという不安も感じています。願い叶って新生活を始める娘の方も今までとは違う生活に期待と共に不安も感じていることでしょう。

コロナ禍で私たちの生活も大きく変化しました。人と会う，人が集まる，人と触れ合うというようなこれまで大切にされてきたものを失いました。その中でインターネット端末を利用したリモートワークやリモート会議，リモート出演などが普及しました。今までのように実際に会うことができないので画面を通じて会話をしたり，会議をしたりする。この新生活に，当初は戸惑う方も多かったですが 2 年の月日が経ち，だいぶん世の中にも馴染んできました。

亡くなられた方とは生前のように対面で会話したり，体の触れ合いはできません。しかし，遺品と向き合う時などにその方の姿やぬくもりに会う，また生前の姿や言葉を振り返る中で今現在の私に向けられた声を聞く。完全にさみしさがなくなるわけではありませんが，そういった形での故人とのふれあいが，大切な方を失った方にとっての新生活ではないでしょうか。

グリーフカウンセラー　中原大道

2021年度グリーフワークかがわ公開セミナー
暮らしのなかのグリーフワーク（第44回）開催記録

記録者： 梶浦麻琴

テーマ： 子どものグリーフワーク～今を生きる子どもたちと向き合って～

年月日	2022年2月20日（日）14：00～15：30　（開場13:30～）
場　所	丸亀町レッツカルチャールーム1 〒高松市丸亀町1-1　高松丸亀町壱番街　東館4階
参加人数	12名（一般5名、会員7名）
主催	認定NPO法人グリーフワークかがわ
講師	三嶋麻実（認定NPO法人グリーフワークかがわ　理事）
内容	はじめに，ひまわりミーティングのブロシュールを使って，グリーフワークについて，子どもの喪失体験（家族の死，両親の離婚，家族との離別，家族の病気，友人の死など）と子どもの悲しみのサインについて説明した。次に，講師よりコロナ禍における子どもたちの生活の変化や，子どもたちと接するときに感じていることについて様々な側面から述べた。０歳児，１歳児にとっては，この世に生まれた時からコロナ禍で，生まれた頃から消毒を行っており病気に触れて免疫を獲得する機会もなく過ごしてきている。感染対策は継続しながらも，子どもたちも強くなれるように接する必要があると思いながら接している。よく遊び，よく食べ，よく寝て，あたり前のことをあたり前に送り徐々に免疫力を高めていってもらいたい。学校においても，緊急事態宣言中は休校となり，給食や友人関係の構築についての親としての不安を抱くこともあった。学校からのお便りにも，新型コロナウイルスについて書かれており，身近に不安を抱えている人がいれば声をかける，身近な人に相談するといった心のケアに関する内容が定期的に掲載されている。青年期にあたる子どもにおいても同様であり，甲子園といったイベントは中止，素顔を見たことのない友人，オープンキャンパスにも行けないなどネット上には切実な思いが書かれている。これらを踏まえ，コロナ禍による影響について，参加者自身の子どもの頃と比べてみて，今，大切にしたいと思うことを振り返ってもらった。参加者からは，学校の校庭で遊んでいた子どもを見なくなったことや，自分が子供の頃に楽しみにしていた調理実習がなくなったこと，卒業式での低学年の呼びかけや全員が歌うことがなくなり，寂しさを感じると意見が挙がった。また，我々はもともと限られた時間の中で生きており，困難なことは多いが，今のこの瞬間を大事にしようとか，今できているということを意識できているという面もあると感じたとの意見も挙がった。昨年のシンポジウムではコロナ禍での人間関係構築について話が挙がったが，ある保育園ではハガキをポストインし，家でどんなことができるようになったかなど手紙を書いてもらい，保育園の先生からも返事を出すといった取り組みがされている。人と人の繋がりの大切さを改めて感じた。 続いて，日常の中の喪失について，講師の自宅で飼っていたカニが亡くなった

時の出来事を共有した。カニが亡くなり，次男は泣き，妹は「兄ちゃん大丈夫，何泣っきょん，まだカブトムシが生きとるよ」と言った。長男は工作でお墓を作った。カニが亡くなったという小さな出来事であったが，その出来事を丁寧に扱うことで，将来の身近な人が亡くなった時に繋がっていく。年齢の幼い子どもも同じであり，自分がどのように感じて対処してきたか，子どもの頃の経験が大人になって活かされる。そして，日常におけるグリーフを取り扱った絵本として「わすれられないおくりもの」「あんなにあんなに」「鳥になったママ」の 3 冊を紹介した。

最後に，グリーフワークかがわで行っているひまわりミーティングや子どものグリーフワーク週間，3 月 13 日に高松駅前で子どものグリーフワーク週間を行うことを周知し，終了した。

スーザン・バーレイ（訳　小川仁央）1986　わすれられないおくりもの　評論社
ヨシタケ　シンスケ　2021　あんなにあんなに　ポプラ社
はなみ&ファミリー　2022　鳥になったママ　アート印刷

講師

子どもさんが参加されたときのために絵本とおもちゃを準備しました

※本セミナーは会場・参加者の消毒・検温・問診等の感染予防対策が取られた上で開催されました。

報　告

◆2022 年 2 月 13 日　第 168 回理事会◆

《審議事項》

第 1 号議案　会計報告に関する事項
会計担当から 1 月の会計について報告され了承された。

第 2 号議案　2022 年度会計担当者に関する事項
2022 年度の会計担当の求人について審議を行い，岡山 NPO センターからの指導を受けた結果も踏まえ継続して検討していくこととなった。

第３号議案　GWK 相談員制度規則（案）に関する事項
　資格認定，資格更新等をはじめとする相談員の規程の前提となる「相談員制度規則」を整備することが必要であり，理事長から提示された規則案について修正を行い，引き続き審議していくこととなった。

第４号議案　GWK 相談員資格制度施行細則（案）に関する事項
　理事長が示した GWK 相談員資格制度施行細則（案）について審議を行い，内容の修正を行った。修正案を引き続き審議を行っていくこととなった。

第５号議案　香川県ＮＰＯ基金の登録に関する事項
　副理事長が示した案について確認，審議の結果，一部修正し提出することで承認された。

第６号議案　給与規程に関する事項
　香川県主催ＮＰＯ法人等運営のためのステップアップ事業により，岡山 NPO センターからの助言を受け，給与規程を定めること，雇用契約について労働基準監督署に確認することで了承された。

第７号議案　2022 年度香川県地域自殺対策強化交付金に関する事項
　香川県障害福祉課からの照会に対する回答案を示し，承認された。

第８号議案　　2021 年度公開セミナーに関する事項
　三嶋理事より，第 44 回（2 月 20 日）の講師担当として準備・当日の役割担当について確認を行い了承された。

◆2022 年 2 月 20 日 第 110 回認定カウンセラー会議◆

１　１月の事業報告
　相談，普及啓発，人材育成各事業について報告を行った。今年度新たに 4 名の方がグリーフカウンセラーとして認定された。

２　カウンセリングの現場での状況報告と課題について
　さまざまな問い合わせや連絡の窓口となる事務局としての対応について現状報告を行い意見交換を行った。

◆第 12 回認定カウンセラー研修◆

・2022 年 2 月 20 日，対面型個別相談ロールプレイを行い質疑を行った。