



# ニュースレター

2023年（令和5年）6月5日 グリーフワークかがわ広報部

## ～会員からのメッセージ～

### 「私のグリーフワーク」

大切にしていたコップが割れてしまった，それも喪失の一つ。  
グリーフカウンセラー養成講座の中でこの言葉を聞いたとき，死別だけが喪失ではないという事を初めて知りました。病気や，怪我，環境の変化など，日常の中で，私たちは常に，喪失を体験しているのだという事。

私は長い間，子供の病気を受け入れる努力，向き合う方法，よりよい未来を模索してきました。先の見えない，緊張の続く日々の中で，どこかに糸口が見つからないかと，カウンセリングに通い，又，あちこちの機関，つてを辿り，その中で，グリーフワークかがわさんの事を知りました。

様々な喪失の中で，悲しい・愛しい・寂しい・苦しい・楽しい・・・全ての感情は私の中にあり，悲しみだけがゼロになることはありません。

上智大学 岡 知史氏の著書に次のような一節があります。

『「愛しい」と書いて，「かなしい」とも「いとしい」とも読みます。昔日の日本人は「愛(いと)しさ」と「悲しさ」が一つのものとしてあることを良く知っていたのではないのでしょうか。』

全ての感情が波のように寄せては返しながら，一つのものとして私の中に存在しているという事，それは大切な事なんだよと気づかせてくれたのも，養成講座の場でした。

グリーフワークという言葉に出会った今，大波小波がありつつも，一日一日をなんとかやり過ごしながら，よくここまでやってきたねと，落ち着いて振り返る事の出来る自分がある事に気づきます。きっと，私のこれまでのこの歩みが，私自身のグリーフワークであり，まだまだこれからも続いていく道のりなのだと思います。

私は専門職としての経験はありません。が，私が長くカウンセラーの方や周囲の方に支えられてきたように，今度は，誰かの支えになれるように，学んでいきたいと思っています。

どうぞ，よろしくお願ひ致します。

グリーフカウンセラー 青木節子

## 「歌は心につれ、心は歌につれ」

皆さんはうれしい時、悲しい時、元気を出したい時、それぞれどんな歌を聞きますか？スポーツ選手は試合の前などに気持ちの盛り上がるような曲を聞いて、パフォーマンスを高めるようです。

では、例えば失恋して気持ちが落ち込んでいるときに、前を向いてすすまなくちゃいけないと、ノリノリのラブソングを聞くと次の恋愛に向けて気持ちが盛り上がるのでしょうか？気持ちが落ち込んでいるときにどんなに盛り上がる曲を聞いても、なかなか前を向けないという方もいるでしょう。失恋した時は失恋ソングを、誰かが亡くなった時はその悲しみを歌ったような歌を聴いたり、歌ったりして涙を流したという経験は多くの方があるのではないのでしょうか。知らず知らずのうちに心がそういう歌を求めているのだらうと思います。これはカウンセリングを受けたり、同じ悲嘆を経験した人がグループミーティングに参加するのと同じように歌が心を共有してくれているのでしょう。

さて、2023年10月から始まるのNHKの朝の連続ドラマ「ブギウギ」は香川県東かがわ市出身の笠置シズ子さんのお話です。代表曲「東京ブギウギ」は戦後復興する日本に元気を与えたといわれています。昭和22年に発表されたこの曲を作曲した服部良一さんは、敗戦後の暗いムードに嫌気がさしてきて、この歌を作曲したそうです。また笠置シズ子さんはこの歌を発表した頃、交際していた男性の子を身ごもりながらも、出産の数日前にその男性が23歳の若さで病死するという大きな悲しみに襲われています。その中で女手一つで乳飲み子を育てていくという決意の表れでもある「東京ブギウギ」の歌声や笠置シズ子さんの姿は戦争で主人を失った女性たちに支持されたそうです。

悲嘆のプロセスには様々な段階があります。また人によって、その時によって心の変化もあります。ともに悲しみ、ともに怒り、ともに立ち上がり、どんな段階においても、あなたの心に寄り添ってくれる歌が世の中にはたくさんあります。

グリーフカウンセラー 中原 大道

### 報 告

## ◆2023年5月11日 第184回理事会◆

### 《審議事項》

第1号議案 2022年度事業報告と決算に関する事項

事業報告、活動計算書について理事長から説明があり、5月19日に監査を受ける事で承認された。

第2号議案 2023年度の事業計画に関する事項

事業計画案について承認され、予算案についてはテーマ募金に関する確認をした上で整えていくという事で承認された。

第3号議案 第19回社員総会に関する事項

6月11日（日）の総会の議案と準備、役割分担を確認し、議案については5月31日には会員に到着するように発送する事で承認された。

第4号議案 役員改選に関する事項

事前告知については総会議案に同封し、事務局案については当日配布することで承認された。

第5号議案 喪失を経験した子どもの親、保護者のグループ「ひまわりミーティング」実施要領の策定に関する事項

植松理事から提出された訂正版で承認された。

第6号議案 2023年度認定カウンセラー研修に関する事項

担当理事から示された認定カウンセラー研修実施要領とスーパービジョン実施要領について一部訂正の上了承された。認定カウンセラー研修の年間予定については認定カウンセラー会議で担当者を募る事、ハラスメントに関する研修については特別研修、理事研修として取り扱うことで引き続き審議する。

第7号議案 三豊市自殺対策計画（第2期）の策定委員会委員の選出に関する事項

三豊市福祉事務所福祉課からの依頼に対し当法人としてローマ理事を選出することで了承された。

第8号議案 2023年度グリーフカウンセラー資格認定委員の選出に関する事項

2022年度の6名の資格認定委員に引き続き依頼することということで了承された。

第9号議案 香川県NPO基金分野指定寄附補助金の補助対象の募集に関する事項

今年度の応募は見送り、引き続き内容について情報収集することで承認された。

第10号議案 技術援助に関する事項

東京都立小児総合医療センター新生児科からの講師派遣依頼についてローマが担当となり引き続き詳細を確認していくこと、交渉については技術援助主担当の花岡理事と連携して行う事で承認された。

第11号議案 2023年傾聴ボランティア講師派遣に関する事項

第3回の勉強会を経て、高松2会場、さぬき市1会場、観音寺市1会場へ派遣する講師及びアシスタント講師について承認された。