



ニュースレター

2025年（令和7年）9月5日 グリーフワークかがわ広報部

◆三豊市との協議報告◆

◆地域におけるグリーフケア関連事業について◆

グリーフワークかがわ理事長 ローマ真由子

2023年の第2期三豊市自殺予防対策協議会の市民団体からの委員として当法人が参加した事がきっかけで、三豊市においても「身近な人をなくした方のグループミーティング」の開催を目標とすることになり、今年度やっと具体的な一歩が進められる見込みとなりました。三豊市自殺予防対策協議会にては、自殺の要因としてやはり身近な人との死別がきっかけになる孤立や鬱状態が挙げられ、その予防としてグループミーティングは非常に重要ではないかという気づきに繋がりました。

三豊市の予算、場所の確保などの様々な課題もあり、グループミーティングの開催については三豊市をはじめ関係者間で引き続き協議を重ねて参りますが、今年度はグループミーティングを急いでスタートするよりは、まずはグループミーティングの紹介となるグリーフワークについての市民講座や職員の研修を開催してみようという事で少しずつではありますが前に向かっていきます。

7月7日に開催された第6回三豊市自殺予防対策協議会では令和7年度の事業計画としてグリーフワークをテーマにした市民講座が挙げられました。

三豊市福祉課担当者や自殺予防対策協議会内ではその意味や具体的な内容も理解されていますが、一般職員や市民にはまだ馴染みのないことであるので、グリーフワーク、グリーフケアの入門的な内容の市民講座であれば、今後開催するグループミーティングへの具体的なイメージをつかみやすくなり、賛同も得やすくなるのではという意見を頂きました。

今年の秋には実際に市民講座で、グリーフワークについて、またグループミーティングの大切さについて広く紹介できればと思います。このように少しずつではありますが、グリーフワークの輪が広まっていくように、今後も皆様のご協力をお願い申し上げます。

～ Feeling in Daily Life ～

◆お彼岸に寄せて～亡き人を想う旅～◆

秋のお彼岸は、昼と夜の長さが同じになる「秋分の日」を中日に、前後三日を合わせた七日間を指します。古くから日本では、この時期にご先祖さまや大切な方を偲び、お墓参りをする習わしがありました。

「彼岸」とは、亡き人が渡った彼方の岸のこと。私たちが生きる「此岸（しがん）」からその存在を想う営みは、まさにグリーフと向き合う時間でもあります。

私自身にとっても、お彼岸は特別な時期です。息子の命日が近いため、お盆を過ぎて日が少しずつ短くなり、秋の気配が近づくと、当時のつらく悲しかった思いや情景がふっとよみがえり、心がちくりと痛みます。これは「記念日反応」と呼ばれるもので、私にとっては命日ですが、お母さんを亡くした人だと母の日だったり、パートナーを亡くした人だと結婚記念日かもしれません。人によって異なり、それぞれの形で表れることでしょう。

そうした時、私は手を合わせたり、子どもを亡くした母親同士でお茶を飲みながら気持ちを語り合ったりして過ごしています。これは「グリーフワーク」と呼ばれますが、どんな気持ちも否定せず、そのまま大切にすることが支えとなるのだと感じています。

会えないさみしさを抱きつつも、大切な存在とともに過ごした喜びを胸に刻みながら、心はいつたりきたり揺れ動きます。その行き来の中で、少しずつ今を生きる力が育まれていくのかもしれません。

グリーフは「旅」にもたとえられますが、長い旅の人がいたり、短い旅の人がいたり、険しい道の人もいたり、そのプロセスは人それぞれです。お彼岸というご縁が、亡き人とつながるひとときとなり、その人らしい歩みを支える手立てになるののかもしれません。

(認定カウンセラー 秋山美智子)

◆2025年8月10日 第212回理事会◆

《審議事項》

第1号議案： 7月末の会計に関する事項（事務局）

貸借対照表と損益計算書をもとに事務局長から7月分の説明があり正会員会費と賛助会員会費の納入、技術援助事業及び普及啓発（冊子）の収入があったこと、2024年度分監事報酬の支払いが報告され了承された。

第2号議案： 2025年度グリーフカウンセラー養成講座・基礎コースに関する事項

チラシ案、印刷部数、発送先について了承された。発送作業についてはAIYAシステムに依頼することです了承された。

第3号議案：三豊市市民講座講師に関する事項

11月15日（土）の同講座の講師について理事1名を派遣することで了承された。

第4号議案：普及啓発パネルに関する事項

普及啓発用パネルの作成について、サイズ、部数、料金案が示され了承された。パネルのデザインと記載事項については今後検討する。

第5号議案：2025年度事業説明会に関する事項

グリーンカウンセラー養成講座・基礎コース終了後、事業説明会を開催し、認定カウンセラーの役割と資格制度と当法人の事業について説明を行うこと、本年度は養成講座の最終日11月8日（土）15：30から、事務局と各事業の担当者から認定グリーンカウンセラーの役割について説明を行うことで了承された。

第6号議案：報償費支払いに関する事項

技術援助の報償費は派遣した本人に現金で支払っているが、認定カウンセラーから、自分が指定する口座への振り込みの希望があり、要望どおり支払うことで了承された。

第7号議案：自殺予防ホットラインかがわの実施要領の改訂に関する事項

7月20日の認定カウンセラー研修において改訂が必要であるとの意見があり、修正案が示され了承された。

以上

～ 編集後記 ～

被爆80年広島平和記念式典での、こども代表の平和への誓いの中の一節。
「One voice. たとえ一つの声でも、学んだ事実に思いを込めて伝えれば、変化をもたらすことができるはず」「一人一人が相手の考えに寄り添い、思いやりの心で話し合うことができれば、傷つき、悲しい思いをする人がいなくなるはず。周りの人たちのために、ほんの少し行動することが、いずれ世界の平和につながるのではないのでしょうか。」娘さんを事故で亡くされた母親が声を上げたことがきっかけに、グリーンワークかがわが始まりました。小さな一つの声、声にならない声に気付き、耳を傾けることの大切さを感じています。写真はひまわり。ビタミンカラーの花からは元気をもらえる気がします。平和の象徴として取り上げられる事が多くなりました。改めて「平和」を考える夏でもありました。(A)

