



ニュースレター

2026年（令和8年）1月5日 グリーフワークかがわ広報部

◆募金活動にご協力をお願いします◆

私たちは暮らしのなかでさまざまな喪失を経験します。グリーフワークとは、喪失を経験したときに喪失の事実を受け入れ、人それぞれ自分に合ったやり方で再生の道を歩んでいく心の過程です。

喪失体験は大人だけのものではありません。幼い子どもたちも暮らしの中でさまざまな喪失を経験しています。しかし、子どもたちの悲嘆の声が置き去りにされていないでしょうか。ことばにならないかもしれない、表現することに困惑しているかもしれない、だからこそ、もっと私たちは積極的に子どもたちの声に耳を澄ませ、グリーフワークを支援していきたいと考えています。子どもたちが安心して感情を表現し、伸びやかに遊び、交流を広げていける環境を作るため、今年度も香川県共同募金会のテーマ募金に参加することいたしました。「大切な人をなくした子どもの悲しみを支援するためのプロジェクト募金」というテーマに、寄付という形でご支援をお願い申し上げる次第です。

コロナ禍が明け、世の中はまた目まぐるしく動き出するなか、戦争や地球規模の環境破壊など世界中の人々が日々傷ついています。喪失の中にあっても、私たちに本来備わっている互いに助け合うという癒しの営みを絶やさないために、そして子どもたちの未来が希望を失うことなく、一人ひとりの可能性が広がりのびのびと成長していくために、私たちはグリーフワークという心の過程の理解が拡がる地域づくりを目指して参ります。

私たちの活動趣旨へのご理解と活動推進のための経済的なご協力を賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。（なお、このご寄付につきましては、税制上の優遇措置の対象となっております。）

認定NPO法人グリーフワークかがわ 理事長 ローマ真由子

詳細は、グリーフかがわHPより → <https://www.griefwork.jp/>

テーマ募金ページはこちらより → <https://hanett.akaihane.or.jp/donate/entry/1759/>



◆【報告】2025 年度グリーフカウンセラー養成講座基礎コース開催◆

当法人グリーフワークかがわでは、一定の申請基準を満たし、資格認定委員会の認定審査を受けたグリーフカウンセラーが活動しております。そのグリーフカウンセラーを養成する養成講座・基礎コースは長年続く当法人の人材育成事業です。

2022 年の開催後に、2 年間開催を見合わせておりました。この 2 年間で、当法人内での認定カウンセラーの人材育成について執行部が改めて振り返り、グリーフカウンセラーとは何か、喪失と悲嘆との向き合い方や、カウンセリングの倫理とは何か、養成講座の果たすべき役割などについて協議を重ね、ワーキンググループと企画会議を繰り返しました。グリーフカウンセリングに興味を持たれる方が、カウンセラーとして喪失や悲嘆、グリーフワーク、そしてグリーフケアに向けてしっかりと学習に取り組めるよう企画内容を見直していくことが必要だと考えたのです。（もちろんこれまでの講座も丁寧に企画されたものです。）

本年は、香川県社会福祉総合センター（高松市番町）を会場に、3 日間、午前・午後の一日を通しての講座としました。2022 年度までは夜間の 2 時間を全 6 回 6 週にわたって開催しておりました。今回は土曜日に集中して一日講座に取り組むことでじっくりと演習に取り組めると考えたのでした。

講座では、喪失と悲嘆、グリーフケアとグリーフワーク、相談員の倫理、傾聴の基本から、カウンセリングの終結、カウンセラー自身の悲哀と、グリーフとカウンセリングの基本をテーマとしました。グループやロールプレイなどの演習を中心に、事例に向き合い、カウンセラーとして一人一人のグリーフに向き合うことを身をもって体験できたと思います。受講生、講師・アシスタント講師、理事、関係各位のご協力のおかげで、11 月 8 日に最終回を無事終えることができました。受講は 5 名の申し込みがあり、全員が修了しています。

本講座は基礎コースです。グリーフカウンセラーとして真摯に相談に取り組むためには今後も学習と自己研鑽を重ねなければなりません。グリーフワークかがわでは引き続き、高い専門性をもったグリーフカウンセラーの人材育成に取り組んでいきたいと考えています。

最後になりましたが、今回の講座にご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

担当理事 植松美幸

【技術援助事業報告】
香川県ゲートキーパー普及啓発事業 香川県立高松北高等学校・中学校

◆ゲートキーパーとして私たちができること◆

2025年11月26日（水）香川県立高松北高等学校・中学校においてゲートキーパー養成研修が行われ、当法人から杉山が派遣された。本研修は高松北高等学校・中学校の現任研修の一環として行われたもので、対象は教職員、当日の出席は51名であった。

前半は香川県精神保健福祉センター酒井主任から香川県の自殺の現状、自殺対策、ゲートキーパーの役割についての解説があり、20歳未満の自殺者数は2017年から増加傾向にありその傾向は女性に顕著であることが報告された。また、自殺は多様かつ複合的な原因及び背景を有し、さまざまな要因が連鎖するなかで起きること、自殺で亡くなった子どもたちの背景として家族関係と学校生活関連での人間関係の不和、孤立といった問題が挙げられ、自殺の背景として、たとえ支援のネットワークが準備されていても視野狭窄となりがちで道が閉ざされていくようであるという状況が述べられた。

引き続きグリーフワークかがわとして、今回は現任研修という場であることから「あなたは高校一年生の担任です」という設定で仮想事例を用いてグループワークを行った。グループワークに際して①職制に関係なく自由に意見を出し合うこと、②ここでの発言内容はここに置いてワークを終えることを約束事とした。そして事例について「何が問題だと思うか」という課題を話し合い、次に「あなたに何が出来そうですか」という課題についての話し合いの時間を持ち、いずれもグループの代表からの発表を行った。

日々、生徒との時間を共にし、生徒一人ひとりの話に耳を傾け対話を重ね、家族背景や友人関係にも目を配り、友人同士で支えている人を支えるという気も配っておられる。そういう現場での経験のなかで編み出された工夫の数々から、グループワークでの対話が生まれていた。そして、経験年数に関係なく互いに労いの言葉が行き交い、カウンセリングマインドがすでにそこに在る時間であった。

最後に、参考資料として、認定NPO法人マインドファーストのファクトシート「自傷行為を防ぐために」の紹介を行って終わりとした。

（文責 認定NPO法人グリーフワークかがわ認定カウンセラー 杉山洋子）

～ Feeling in Daily Life ～

◆襟裳の春◆

「襟裳の春は何もない春です」のフレーズの歌を耳にしたことはありますか？

先日、森と海のつながりという親子環境学習講座に参加した時の事、講師の先生が、襟裳の事について話されました。昔、襟裳は、えりも砂漠と呼ばれていたそうです。豊かな海の幸に恵まれていた襟裳は、明治時代に開拓者が入り、燃料材として森林を伐採、家畜の放牧などでも植生が失われ、荒廃が進み、砂や泥が飛び、住宅や飲料水にも入り込むなど、住民の生活環境は悪化し、豊かだった海の幸も損なわれてしまったそうです。そこから、一本一本、木を植え、70年かけて、森を取り戻していったそうです。

講師の先生は、子供たちにわかりやすく語りかけます。「自分たちがちゃんと生き抜くために絶対必要だったはずで、だからそのために一生懸命木を切ってしまった人のことを攻めることはできんけど、失敗は失敗だよね。でも失敗に気づいて一生懸命取り戻したよね。人間は必ず失敗するようにできています。みんなも絶対なんか小さいこと大きいこと、いろいろ失敗したことあるでしょ。先生もいっぱい失敗しています。でも人間にしかないすごいところがあります。それは、失敗した後にどういうことを学んで、そして次に自分はどうするか考えて行動していること。ここに多分、人間の一番大事な価値があると先生は思っています。」

講師の先生は、環境の先生なので、グリーフという言葉自体知らないかもしれません。けれど、そのまなざしには、グリーフケア、グリーフワークを感じるものがあり、言葉は違えども、講師の先生の語る言葉に感動を覚えた講座でした。

(認定グリーフカウンセラー 青木節子)

◆2025（令和7）年12月14日第216回理事会報告◆

2025（令和7）年12月14日第216回理事会報告

《審議事項》

第1号議案： 11月末の会計に関する事項

事務局長より、貸借対照表、損益計算書をもとに説明が行われ了承された。

第2号議案： 定款の変更に関する事項

認定更新における指導事項に従って定款の見直しについて審議を行った。役員報酬規程と定款及び事務局の組織及び運営についての変更案を事務局で新旧対照表を作成し、次回の理事会で諮ることで了承された。

第3号議案：テーマ募金チラシの発送に関する事項

今年度のテーマ募金のチラシは正会員、賛助会員と昨年度の寄附者とし、募金活動にも協力を依頼する。発送準備作業は12月26日（金）19時から相談室で理事が行うことで了承された。なお、寄附の依頼であるため、留意点として、配布する際には慎重さも必要であり、普及啓発事業、相談事業という場面での配布は控えるほうが良いということが共有された。

第4号議案：公開セミナーに関する事項

11月16日第154回認定カウンセラーハイブリッド会議において「年度の公開セミナー案について、今年度は先ずモデル事業として周知方法から改めて検討して1回開催はどうか」と提案されたことについて審議を行った。現在は、公開セミナー開始の時代に比べて技術援助事業として講師派遣依頼が多くなっていることも踏まえ、公開セミナーの目指すことのあらためての議論も必要であり、講師を担うことによる人材育成の意義やセミナーの対象、広報の方法等について、認定カウンセラーの意見も聞き、今年度は休会しワーキンググループを行うことも視野に入れ、次回理事会でも継続審議とすることで了承された。

第5号議案：かがわ長寿大学令和8年度講師派遣に関する事項

令和7年度に引き続き令和8年度の講師派遣依頼について、受諾することとし、講師は理事長で回答すること、内容は認定カウンセラー研修の場でも検討していくことで了承された。

第6号議案：香川県ゲートキーパー普及啓発事業（土庄町役場職員対象）への講師派遣に関する事項

精神保健福祉センターから講師派遣依頼があった2026年2月開催予定の当研修について、受諾することと、認定カウンセラー1名を派遣する方向で技術援助担当理事から打診することで了承された。

第7号議案：香川県ゲートキーパー普及啓発事業（三豊市市民向けゲートキーパー養成講座）への講師派遣に関する事項

精神保健福祉センターから講師派遣依頼があった2月開催予定の当研修について受諾することと、認定カウンセラー1名を派遣することで了承された。

以上

～編集後記～

12月号ですが、発行日は1月という事で、「あけましておめでとうございます」。神社仏閣は、馬と縁深いもの。「神馬（しんめ）」と呼ばれ、神の御使いとされているそう。新しい年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。（青木）

