



グリーンケアへのお誘い

一人で辛さを抱えず同じ思いを抱えた方々と集い、
一緒に乗り越えて行きませんか？

in 千人町二丁目会館

毎月第四月 13:00～15:00

8月はお休み
12月は第三月曜日

日時について

八王子市千人町2-7-10
JR西八王子駅北口より
徒歩6分程度

場所

専門研修を受けたファ
シリテーターが入り、
グループシェアと全員
でのシェア

内容

年齢を問わず
大切な方を亡くされた方
終末期の対応をされている方
終末期のご本人

対象

無料
お電話でお申し
込み下さい

費用

共催：大慈学苑
協力：八王子市
中央図書館

共催・協力

【申し込み・問い合わせ先】

八王子市高齢者あんしん相談センター 追分
担当：村下、佐久間

TEL 042-686-1713

裏面あり

グリーフケアについて

人はかけがえのない大切なものを失った時、大きな悲しみと喪失感に襲われます。かけがえのないものとは愛するご家族や大切なペットなどでしょうか。たとえるなら心に大ケガを負った状態です。

人がケガをした時、身体はケガを治そうと様々な機能が働きます。心も同様に悲しみ・喪失感というケガを無くそうと努力します。ただ心は身体と違ってとてもデリケート。深い悲しみにひたっている心と、その気持ちを乗り越えようとする2つの心が不安定な心身状態を作り出し、長い間苦しい状況が続く方もいらっしゃると思います。そのような方々の心に寄り添い、悲しみ・喪失感を乗り越えるためのサポートを行うのが「グリーフケア」です。

玉置妙憂先生による「自ら話をし、人の話を聞く事を何度も何度も繰り返す事でし、悲しみや喪失感を無くす事は出来ない」というお考えの元、皆様が安心して参加できる場所を作っています。

お一人で辛さを抱えず同じ思いを抱えた方々と集い、一緒に乗り越えて行きませんか？皆様のご参加を心よりお待ちしております。

参加される時のルール

- ここで話をした事、聞いた事はここに置いていきましょう。
(外で話す事はやめましょう)
- 他の方の話は聞くだけにし、自分の意見は伝えないようにしましょう。
- 他の方の話の聞くだけでも大丈夫です。
- 話をしたくない時はパスしてもよいです。
- 途中でお帰りいただいても大丈夫です。



玉置妙憂さん
(看護師・僧侶・スピリチュアル
ケア師・ケアマネジャー・看護教
員) と大慈学苑の皆さん