

# ゆきあかりの会 お知らせ No.64

2015年3月1日



## ♡ゆきあかりの会の集いへご参加くださった皆様へ♡

少しずつ陽が長くなってきて、以前なら夕方の5時過ぎには真っ暗になっていたのに、最近は5時半過ぎによりやく暗くなってきますね。

春が近づいているのが実感として感じられるこの頃ですが、いかがお過ごしでいらっしゃいますか？

春が近づくと精神的に不安定になられたり、落ち込みがひどくられる方もおいでになられるかもしれません。

春は別れと出会いの季節でもありますね。

皆様にもさまざまな思い出があり、その思い出も、おつらい思い出だったりするのかもしれません。

あるいは、思い出自体は微笑ましかったり嬉しいものであっても、亡き愛する人に繋がる思い出で、かえって普段以上につらくなってしまうかもしれません。

また、色彩があまり感じられなかった寒い冬から、世の中が色とりどりに装われていくこの時季、一層、寂しさと悲しみを感じられる方もいらっしゃると思います。

そのように感じられたとしても、それはあなたお一人ではありません。

愛する人と死別された方には起こりがちなお気持ちですから、「今はそういう時期なのだ」と、どうか安心なさせて、ご自分をいたわってさしあげてくださいね。

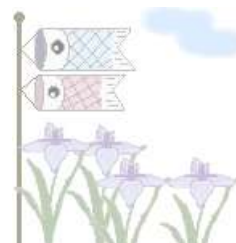


## ★次回のゆきあかりの会の日程

第56回のゆきあかりの会は、5月中の日曜日に開催いたしますが、日程は、本日現在、未定です。

会場は、ここ、昭和生涯学習センターを予定しています。

決まり次第、ホームページに掲載上、皆様には、葉書あるいはメールでご案内をお送り申し上げますので、よろしくお願い申し上げます。



## 《昭和生涯学習センターへの案内図》



### 【通機関のご案内】

◆地下鉄鶴舞線及び桜通線  
「御器所」駅下車  
②番出口から南へ300M  
③番出口から南東へ300M

◆集い開始：13時30分～  
(受付開始：13時15分～)

◆個人住宅やマンション等が  
並ぶ街の中にある、  
3階建てのレンガ色（茶色）  
の建物です。



## 「全国一斉こころの健康電話相談」が開催されます！

3月2日(月)～3月8日(日)に、全国で「こころの健康電話相談」が実施され、愛知県等東海三県でも、下記のように行われますので、皆様にご案内申し上げます。

**☎番号 0570-064-556**

**実施期間 3月2日月曜日～  
3月8日日曜日**

**愛知県：9時～16時30分（毎日）**

**岐阜県：10時～12時、13時～16時（土日休み）**

**三重県：13時～16時（土日休み）**



# 名古屋「支える会」開催のご案内

配偶者を亡くした人達が集い、支え合う、参加者限定の会である、『日本グリーフ・ケア・センター名古屋 支える会』が4月から新しい講座をスタートさせますので、皆様にご案内申し上げます。

## 名古屋「支える会」のお知らせ

内容： 伴侶との死別の悲しみにある人々が集い、語り合うことで、癒しと成長を見つける。

日時： 4月11日(土)より、月1回。 4か月間、計4回 毎回第2土曜日 13:30~15:00

会場： 名古屋YWCA 名古屋市中区新栄町  
(名古屋駅より地下鉄東山線藤が丘行き「栄(さかえ)」下車、徒歩5分)

会費： 全4回 5000円 (会場費、資料費として)

主催： 日本グリーフ・ケア・センター (代表 中央大学名誉教授 長田光展)

問合せ先： 電話&FAX 0568-91-2537 (林さん)

本会は、ボランティア活動であり、宗教とは一切関係がありません。

我が家の庭では白梅が満開になっています。

また、水仙の花も1月から咲き続けていて、「水仙の花ってこんなに長く咲くんだ」と、今まで知らなくて驚いています。そういう庭の花を仏壇に飾って、庭木の手入れをこまめにしていた祖父や父に、「今年も庭に咲いたよ」と報告しています。

でも、季節や時の流れを感じられるのは、私が今、きっと、“元気”でいられているからだと思います。

『あの時』から時間が止まっていらっしゃる方、季節の移り変わりも何も感じられない方もいらっしゃると思います。

ここに集う方々は、かつて、そして今まさに、そのような思いを、確実にずっと持ち続けていらした、持っていらっしゃる・・・と思います。

今、真っ只中にいらっしゃる方々はきっと、この途方も無い悲しみや苦しみのトンネルが永遠に続く・・・と想像していらっしゃると思います。

でも・・・、でも・・・、いつか必ず、そのトンネルの先に光が見えてくる『時』が訪れると思います。どうぞ、ご自分の心の力を信じてさし上げてください。

そして、そのお力にほんの少しだけでも、ゆきあかりの会が繋がることができたら・・・と願っています。 近藤浩子

### <ゆきあかりの会 事務局>

代表 近藤浩子(臨床心理士)

FAX 020-4669-4206

<ゆきあかりの会>ホームページ

Phone 090-3909-4515

e-mail yukiakarinokai@yahoo.co.jp

<http://will.obi.ne.jp/yukiakari/>