

ゆきあかりの会 お知らせ No.3

2006年6月16日

ゆきあかりの会にご参加くださった皆様へ

6月も半ばを過ぎ、ジメジメしていて、梅雨空のはっきりしない天候の毎日ですね。

この時期はムシムシして食欲も減退したり、なかなか寝つけなかったりして、心身へのストレスが大きくなって、体調だけでなく心の調子も今まで以上に崩しがちになります。

お天気が良い日は涼しい時間帯に散歩したり、好きな食べ物を少しおしゃれな食器に盛り付けて食べたり、明るい色の花を玄関や部屋に飾ったり、少しぬるめのお風呂で半身浴したり・・・と、いつもの日常とは少しだけ違う“日常”を、ご自分の生活の中で、やりやすい方法で取り入れていくことを、気持ちをリフレッシュする為にもなさってみてはいかがでしょうか？

ちなみに・・・、ケーキびたりで肥満街道まっしぐらの私は、休日や夜寝る時に、アロマオイルをランプで炊いて、“プチゴージャス”な気分を演出して過ごしています。

おかげで、ますます食欲増進です・・・。トホホ・・・！

★今年度の《ゆきあかりの会》の日程です。

☆第3回ゆきあかりの会

日時：2006年7月2日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館6階6A教室

☆第4回ゆきあかりの会

日時：2006年9月3日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館6階6A教室

☆第5回ゆきあかりの会

日時：2006年11月5日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館5階5A教室

☆第6回ゆきあかりの会

日時：2007年1月7日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館6階6A教室

☆第7回ゆきあかりの会

日時：2007年3月4日(日)13:00～16:00(受付12:45～)

会場：日本福祉大学名古屋キャンパス北館6階6A教室

* もし当日、行き方が分からなくなったら、近藤宛にお電話ください。

会場の日本福祉大学名古屋キャンパスへは、どうかご連絡をなさらないでくださいますようお願い申し上げます。
近藤浩子:携帯電話 090-3909-4515

【ご参加のお申し込み方法】

①ご参加のお申し込みは、それぞれの日程の前日までに、事務局宛てにお申し込みください。

② お申し込みの際には、

ア) お名前 イ) ご年齢 ウ) 亡くなられた方の続柄 をお伝えくださいますようお願い申し上げます。

皆様からは、お名前や亡くなられた方については既にお伺いしておりますが、『年齢別』あるいは『亡くなられた方の続柄別』で2つのグループに分けて、それぞれ別室で集いを行いたいと考えておりますので、なにとぞ改めてお願い申し上げます。

③ 参加費はお一人1000円です。当日、会場の受付でお支払いください。

【お申し込み先】

ゆきあかりの会 事務局 代表 近藤浩子 TEL 090-3909-4515
FAX 020-4669-4206
e-mail yukiakarinokai@yahoo.co.jp

★素敵な絵本のご紹介 No.2

『千の風になって』 原詩／作者不明 日本語詩／新井満 講談社 ￥1,050

朝日新聞の『天声人語』に紹介され大反響となった“死と再生の詩”で、作者不明の英語の詩を、作家の新井満氏が日本語訳にした《写真詩集》です。

この詩は世界的にも有名な詩で、ニューヨーク同時多発テロ事件の1年目の追悼集会でも、テロの犠牲者のご遺族がこの英語詩を朗読しました。

私は臨床心理士としてご遺族へのカウンセリングを行っていますが、その中で、ご主人を突然死で亡くされ、小学生のお嬢さんお二人と共に遺された30代の女性の方から、この本を紹介されました。

私はこの詩集を読んで涙が止まらなくなったと同時に、心がとても温かくなり、大きな安心感に包まれました。

詩の内容はもちろんですが、写真も、詩の内容にとっても合っていて、美しいです。

皆さんにもぜひ一度、この写真詩集をご覧になってくださればと思います、ここにご紹介します。

千の風になって(a thousand winds)

私のお墓の前で泣かないでください	そこに私はいません	眠ってなんかいません
千の風に	千の風になって	あの大きな空を吹きわたっています
秋には光になって畑にふりそそぐ		冬はダイヤのようにきらめく雪になる
朝は鳥になってあなたを目覚めさせる		夜は星になってあなたを見守る
私のお墓の前で泣かないでください	そこに私はいません	死んでなんかいません
千の風に	千の風になって	あの大きな空を吹きわたっています
千の風に	千の風になって	あの大きな空を吹きわたっています
あの大きな空を吹きわたっています		

★ 《ゆきあかりの会》のホームページができました！

大変お待たせしましたが、《ゆきあかりの会》のホームページができました。

なかなか内容の更新ができませんが、これからもっともっと魅力的な内容が載せられるように、心と眼と耳のアンテナを敏感にしていきたいと思っていますので、よろしく願います。

また、皆様から、「こういう話題を載せて欲しい！」というご希望がありましたら、ご連絡くださいね。

<http://www.geocities.jp/yukiakarinokai/>

★ ミニFMラジオ局で、《ゆきあかりの会》主催の番組「百万粒の涙を流そう」を 企画中です！

現在、愛知県内のミニFMラジオ局と、《ゆきあかりの会》主催の番組「百万粒の涙を流そう」の放送に向けて交渉中です。

この番組は、週1回の10分～15分くらいの短い番組ですが、大切な人を亡くされて悲しみの中においでになる方々へ、少しでも癒しになれるように、そして、悲しみが少しでも軽くなり、愛する人がこの世にいない人生を再び立て直し、亡くなった愛する人の思い出と共に、愛する人とつながりながら生きていく為に、参考になるような内容を放送する予定です。

具体的な番組の内容としては、聴取者の方が送ってくださった、亡くなった愛する人への“天国への手紙”を朗読したり、亡くなられた方の人生を、お申し込みくださったご遺族の方に取材させて頂いて朗読したり、東海地方の、様々な遺族の集いやグリーフケア(死別の悲しみへのケア)に関しての講演会などをご紹介します。

既に、朝日新聞夕刊(5月17日付及び6月3日付)にこの件について2回掲載され、近く、中日新聞にも掲載される予定になっています。

なお、《ゆきあかりの会》の集いの中で皆様が語られた内容が、このラジオ番組で使用されて放送されることは一切ございませんので、どうぞご安心ください。

《ゆきあかりの会》の三つ折のパンフレットにも記載してありますように、集いの中で皆様が話されたことは、一切外に出ることはございません。

このことは、はっきりと皆様にお約束申し上げます。

また、皆様から集いの参加費として毎回1000円を頂いておりますが、これは会場使用費や資料作成費、郵送費等、集いの運営や事務局の事務処理費等に使用させて頂いております。従って、この番組作成の為に使用されることは一切ございませんので、どうぞご安心ください。

不安定な天候が続く毎日です。また、気温の変動が大きくて夏風邪をひかれたり、湿気が多いことから寝苦しさも感じられることかと思いますが、どうぞご健康にご留意なさせて頂いてお過ごしください。

7月の集いに、皆様にまたお会いできますことを、心から願っております。

どうぞお待ちしております。

大切な人を亡くした方の集い「ゆきあかりの会」代表 近藤浩子