

このリーフレットを
手に取っていただき
ありがとうございます

大切な人を亡くしたときに
深いかなしみや不安、食欲不振
など様々な反応が起こります
これを「グリーフ (悲嘆)」とよび
大きな喪失に対する
人間の自然な反応です

大切な方への思いを
語りあうことを通じて
かなしみ・辛さ・悩みを分かちあい
気持ちを和らげることができます

【参加者の声】

「皆さんの話を聴き、
身につまされ ることも多いですが
励まされることも多いです」

「この会があって本当に救われ
自分一人ではないと思えました」

「同じような境遇の方と話が
できることに感謝しています」



参加をご希望の方は、
ホームページまたは電話で
お申し込みください

青葉区在宅医療連携拠点
(青葉区医師会荏田北事業所内)

受付9:00～17:00 (月～金)
TEL 045-910-3120

✉ kyoten@aobakumc.or.jp

[https://zaitakurenkei.
aoba-caremap.org/](https://zaitakurenkei.aoba-caremap.org/)



大切な方を亡くされたあなたへ

～グリーフケア～

青い鳥

大切な方への思いを語りあう
集いを開催しています



青葉区在宅医療連携拠点

青い鳥に参加してみませんか？

大切な方を失い
かなしい、さみしい、日々を
お過ごしではありませんか？

かなしみを話せない、食欲もない
気持ちが落ち着かず不安になる

～グリーンケア～ 青い鳥は
大切な方への思いを語りあう
集いです

毎月1回開催しています

無理に話さなくても大丈夫です
ただそこにいることから
始めませんか
一緒にゆっくり一歩一歩
歩いていきませんか？

青葉区在宅医療連携拠点
岩間 慶子 (看護師・臨床聴士)
藤田 和枝 (看護師)

個別の対応も致します
ご相談ください

【安心してご参加いただくためのプログラムルール】

- ・どんなこととお話しいただいても大丈夫です
- ・お話ししたくないときは話さなくても構いません
- ・ほかの人の話はさえぎらないようにしてください
- ・個人へのアドバイスはご遠慮ください
- ・本会にて語られた事は外へ持ち出さないでください
- ・メモはご遠慮ください
- ・心の痛みを比較しないようにしましょう
- ・気分がすぐれない時は無理をせずスタッフにお声かけ下さい

■開催日：毎月第1金曜日

■時 間：14時～16時

■費 用：無料

■場 所：青葉区医師会館（青葉区あざみ野2-31-1）

あざみ野駅3番乗り場 あ27（すすき野行き）あ28（虹ヶ丘営業所行き）「あざみ野2丁目」バス停下車

*都合により、日程の変更や開催を
中止する場合があります
ホームページなどで最新の情報をご確認後
必ずお申し込みの上ご参加ください

