

大切な人をなくしたあなたへ

～死別の悲しみを知る講座～

私達の人生は得ることと失うことの連続であり、様々な喜びや悲しみ、試練に出会います。長い人生において愛する身近な人の死に直面することは最も辛く、苦しい試練なのではないでしょうか。死別は誰もが経験せざるを得ない人生の一過程ですが、遺された人が味わう苦悩は心と体、生活全般に大きな影響を及ぼすことが知られています。

本講座では、死別における悲嘆反応や悲嘆からの回復過程、再適応に役立つこと等、悲嘆の仕事（グリーフワーク）に取り組むための知恵について学ぶことを目的としています。死別の悲しみから抜け出し、自らの人生を再び歩み始める一歩として共に学んでみませんか。

○講師

大和田 攝子 先生（神戸松蔭大学 教授 臨床心理士・公認心理師）

○内容

- ・講師による死別の悲しみに関する講義と当事者の体験談 90分
- ・講義や体験談に関する質疑応答、参加者同士の分かち合い 60分

○対象

身近な人を亡くされて半年以内の方（＊多少時期の開きがあっても可）

○開催日時

2025年 ①2月22日（土）、②6月28日（土）、③10月25日（土）
午後2：00～午後4：30

○開催場所

尼崎医療生協病院 4階 会議室1

○参加について

参加ご希望の方は開催1週間前までに「死別の悲しみを知る講座事務局」まで、葉書またはFAXにて氏名・住所・連絡先をご連絡下さい。また今回の講座で聞きたいこと、知りたいこと等ありましたらその内容を明記下さい。（当日参加費：500円）

問い合わせ先：〒661-0033 尼崎市南武庫之荘 12-16-1 尼崎医療生協病院4階病棟
「死別の悲しみを知る講座事務局（担当：大和田）」
（TEL:06-6436-1701 FAX:06-6437-9153）

主催 尼崎医療生協病院