

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

2026年 ①2月28日（土）、②6月27日（土）、③10月24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