

## グリーフケア

大切な人との死別は人生で一番大きなストレスと言われていています。大切な人を亡くしたあとに、つらく悲しい気持ち（グリーフ）がしばらく続くことは、本来は自然な“グリーフ反応”です。

なかには悲嘆（グリーフ）が強く長期に及ぶこともあり、また、月日がずいぶん経ってから、押し寄せてくる悲嘆もあります。一人ひとりそれぞれの悲しみがあります。

悲しんでいい。ひとりで抱え込まずにその気持ちを支えてもらいましょう。そんな場所があります。

『グリーフ相談支援ネットワーク』ではあなたにとって無理のないオーダーメイドのサポート方法を一緒に考えます。



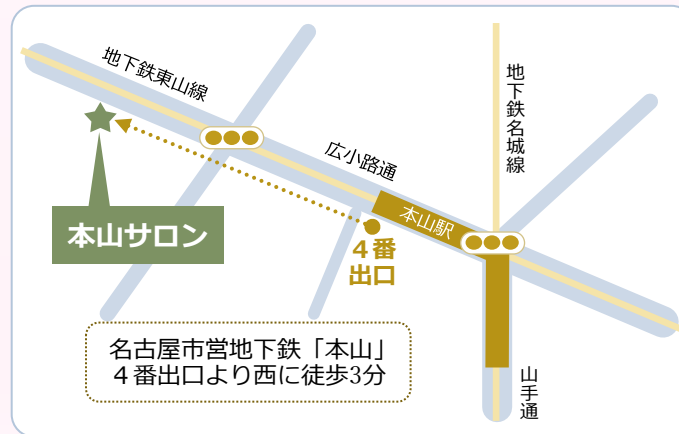
白木蓮（ハクモクレン、White Magnolia）  
花言葉：「崇高」「気高さ」「高潔な心」「慈悲」

大切な人を亡くされた方の相談窓口

お問い合わせ

052-762-3482

- ・グリーフ相談支援ネットワーク 事務局
- ・グリーフ 相談窓口
- ・グリーフ サロン『まぐのりあ』
- ・遺族会『マグノリア』



愛知県名古屋市千種区末盛通4-26-1  
ARK HOUSE 3階B号室



大切な人を亡くされた方の相談窓口

グリーフ相談支援ネットワーク

URL <https://grief-soudan.com>

E-Mail [info@grief-soudan.com](mailto:info@grief-soudan.com)

電話 052-762-3482

受付時間 11時～16時（月・火・金・土）\*祝を除く

活動日 月・火・金・土（祝日除く）



大切な人を亡くされたときに

大丈夫  
愛する人への想い  
大切にしてほしい

グリーフケアのご案内

こころの中に抱え込んだ  
“大切な人への想い”  
“傷ついているあなた自身の想い”  
大切に癒してあげましょう

## あなたにはあなたのグリーフケアを

大切な人を亡くしたときに受ける衝撃は、残された者の心身に深刻なダメージを与えます。時間が止まってしまったかのような喪失感、絶望と孤独と寂しさでいっぱいになります。募る後悔の念に苛まれます。それは、あなたにとって、それほど大切な人であるという“証”だからです。

グリーフケアにはいろいろな方法があります。

個別に面談でも電話でも、あなたのありのままの辛さを吐露していただけるように『相談窓口』を設けました。あなたに合ったサポート方法をあなたと一緒に考えていきます。

また『グリーフサロン』で心の休息をしたり、『遺族会』に参加して他の方と悲しみを分かち合うこともできます。

『グリーフ相談支援ネットワーク』では、あなたが哀しみを抱えながらも、もう一度生きていく力を取り戻せるようになれるよう、仲間たちが寄り添い奔走させていただきたいと考えます。

グリーフ相談支援ネットワーク

ご相談の内容は秘密厳守いたします。  
安心してお話いただける、安全な環境を提供いたします。

※グリーフ相談支援ネットワークは、非営利団体（NPO）です。  
皆様からのご寄付やご支援をいただき運営しております。  
活動へのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

# 選べる 3つのグリーフケア



## グリーフ相談窓口

- ・個別に話を聴いてほしい
- ・自分に合ったケアの方法を知りたい
- ・ずっと、気持ちが塞いでいる
- ・どうしたら良いかわからない など

あなたにとって一番利用しやすい方法でご相談ください。誰かに「話をする」「聴いてもらう」ことで、ひとりで抱えていたお気持ちが整理できるかもしれません。

お話をお聴きする相談員はトレーニングを受けたあなたと同じように大切な人を亡くしたピアサポーター(喪失体験者)です。

お気軽にご連絡ください。

## ● 個別相談・グリーフカウンセリング

要予約

面談日時：月・火・金 11時～16時（祝日除く）

### ▶「運営協力費」のお願い◀

グリーフケア事業を運営面からお支えいただく「運営協力金」へのご協力をお願いいたします。皆様の「居場所づくり」の運営に必要な経費として活用させていただいております。

運営協力金：一回利用 一口 500円～



大切な人を亡くされた方の相談窓口

## グリーフ相談支援ネットワーク



URL <https://grief-soudan.com>

E-Mail [info@grief-soudan.com](mailto:info@grief-soudan.com)

電話 052-762-3482

受付時間 11時～16時（月・火・金・土）\*祝を除く

活動日 月・火・金・土（祝日除く）



## グリーフサロン『まぐのりあ』

「しんどくなったら、家(うち)においでよ」

大切な人を亡くされた方が、お気持ちが辛くなったとき、頑張れないとき、頑張りたくないときに、気軽に訪れて、心の荷物をちょっと下ろしてくつろいでいただけるフリーな居場所です。

話してもいいし話さなくてもいい。コーヒー等飲んで、音楽とか聴いて、本でも読んで、あなたの自由にお過ごしいただけます。

\*専門相談員が  
常駐しています

## ● 利用方法

予約不要

思い立ったときに、いつでもご利用いただけます。

OPEN時間：毎月 第1・第3 金曜日 16時～20時  
毎月 第2・第4 土曜日 14時～18時

\*祝を除く  
開催日は下記カレンダーでご確認ください



## 遺族会・がん遺族会『マグノリア』

大切な人を亡くするという同じような経験をした方が集まり、悲しみを分かち合い、互いに支え合いサポートをしていく「分かち合いの会」です。

「同じような経験をしている人にだから話せる、分かってもらえる」「ここなら話せる」そのままのあなたを受けとめてくれる場所です。

## ● 参加方法

初回のみ要予約

## ● 開催日時・対象

カレンダー

### ① 遺族会

- ・偶数月第1土曜日 13:30～16:00
- ・大切な人を亡くされ想いを抱えているどなたでも

### ② がん遺族会

- ・奇数月第1土曜日 13:30～16:00
- ・がんで大切な家族を亡くされた方

※元 がん専門相談員が同席します

