ニュースレター

2013（平成 25）年 12 月 31 日　グリーフワークかがわ広報部

理事長メッセージ

2013 年も残り少なくなりました。グリーフワークかがわでは，今年も相談支援事業，普及啓発事業，人材育成事業に取り組んでまいりました。会員のみなさま，関係者のみなさまのご支援に，心から感謝申し上げます。

12 月 23 日，グリーフワーク相談室が移転しました。これまでの相談室は，主に電話相談のために使われてきましたが，11 月に開設したグリーフカウンセリングの準備の一環として検討してきたことでした。ひとつの変化は，新しいことへの挑戦であり前進に違いないのですが，急ぎ過ぎると本来の目標を見失いがちになります。こうした節目のたびに，活動の原点を思い起こすことを忘れてはならないと思います。

グリーフワークかがわの原点は，喪失を体験した人が周囲の心無い言葉によってさらに深いこころの傷を負っていると知った保健師の，グリーフワークの理解を地域に浸透させたいという思いでした。それは，メンタルヘルスの専門的援助技術を備えた専門家としての視点であると同時に，一人の生活者としての視点でもあったからこそ，共感を呼び，活動の立ち上げに繋がったのだと思います。保健師が目の当たりにしたのは，グリーフとは，気軽に話せるものではないこと，ましてや気軽に話しあうことで慰められるという思い込みがどれほど人を傷つけることになるかという地域の現状でした。ここに，私たちの活動の原点があります。一人ひとりのこころの奥には，誰も立ち入ってはならない大切な世界がある，そのことを尊重しあいつつ，傍らにあって「その人のグリーフワーク」を支援していく，それができる地域づくりが，私たちの目指すところです。

先日，オーストラリアから一時帰国している方の体験をお聴きする機会がありました。オーストラリアでは，メンタルヘルス教育が徹底されており，たとえば，妊娠がわかったときの本人と家族に対して行われる啓発もそのひとつだということでした。関係者向けのリーフレットには，妊娠後に抑うつ的になる場合のメカニズムの解説と，対処方法などが紹介されています。本人だけではなく関係者や周囲の人たちにも教育がなされることで，安心して生活できる環境が整えられる，こうした取り組みの積み重ねによってメンタルヘルスの理解が広く住民に浸透していくのだろうとおっしゃっていました。地域に暮らすなかで，自分たちのメンタルヘルスが温かく守られている実感が，伝わってくるお話でした。グリーフワークかがわも，生活場面のさまざまな変化に伴うグリーフワークを支援することにより，地域でのメンタルヘルス活動の一端を担っていきたいと思います。来年もご支援をよろしくお願い申し上げます。

2013 年 12 月 25 日

グリーフワークかがわ
理事長　　杉山洋子

市長まちかどトーク開催報告（その2）

大西　秀人高松市長とグリーフワークかがわで「まちかどトーク」をおこないました。その内容について 11 月号に前半を掲載しました。12 月号では高松市長との質疑応答を掲載させていただきます。

開催日時：2013 年 10 月 17 日（木）18:55～20:00
会場：高松市男女共同参画センター第 2 会議室
参加者：グリーフワークかがわ会員 11 名

（意見交換）

質問　私たちの活動説明中で一番興味・関心を持たれた部分とその理由，さらにもっと聞きたい部分はありますか。

市長　このような団体，特に専門職の集まった団体について認識がなかったが，早くから活動している団体があって良かった。人間だから生きていく中で深い悲しみを起こす出来事が起きる。昔の地域社会は，人と人との繋がりや絆などがあり，周りの方から自然に癒してくれた部分があったのでないかと考える。最近は，繋がりが少なく，核家族化が進み個人が孤立している。身内の方に悲しいことが起こったとき，悲嘆の持って行き場のない方々がいる。自分自身の経験でもある。そういったときに，このような中間団体の方に受け止めてもらえる，そんな団体が高松市内にあるのはありがたい。私自身も身内の死や父親の死に直面した。その時，周りの方に助けられた。今は，ストレス社会であり，個人が孤立し，精神的な病が起きやすい社会情勢である。全体として対策として，そういった方に相談やカウンセリングとか必要となる。今以上に，行政も自殺予防に幅広く関わっていかなくてはいけないという思いを抱きながら聞いた。

質問　行政との NPO 活動の協働の一環として，グリーフケアを医療現場に普及させることは重要であり，地域拠点としての新市民病院基本構想におけるグリーフケアの協働として，医療従事者研修や，家族からの相談などを一緒にできればと考える。

市長　それは大切だと思う。病院では亡くなる方が多いことと，現状として高齢化も進んでいる。高齢者は身体だけでなく精神的問題を多く抱えている。新病院からではなく，今からでも必要なことと思う。市民病院基本理念は「生きる力を応援します」である。病気を治すこともだが，生きる力を引き出すことが大切。ぜひ協力していただき，看護師の人材育成として，一人ひとりがグリーフケアを分かる研修が必要と思う。

こんな例があった。夫ががんになって余命三カ月と医師に言われた妻が，毎日詰所に来てどうにかならないのかと言われる。看護師は「こういう薬を使って治療しています。大丈夫ですよ」と話すと，いったんは帰るが，次に日も詰所に来られ，同じことを話す。１週間位したとき，その話を聞いたベテランの医師が対応して「奥さん辛いね，頑張ろうね」と声掛けると妻は泣き出したそうで

ある。その後妻は，詰所に来なくなったという。妻の気持ちは落ち着いたようであった。奥さんは，悲しみを聴いて共有して欲しかった。そういうコミュニケーション能力が，医療現場，特に看護師さんには必要だと思う。この団体などでの研修会は必要であり，家族にも必要だと思う。
医療の専門家であっても必ずしも心のケアの専門家でない。精神科医師はいるが，どうしても疾患中心となりがちである。患者や家族の相談相手となり心を解きほぐす役割を担っていただくことが必要と思う。病院に伝えさせていただく。

質問　最近，「気分が沈む」と訴えると「うつ病」だと言われたり，自殺対策というと「うつ病対策」といわれたり，短絡的に「うつ病」に結び付けられる傾向がある。自分が，なにか病気に罹った時，気分が沈むのは，自然な反応である。病気になったことを，自分の人生として引き受けながら，また今日から新しい自分で生きていく，そうした中に「うつ病」に結びつけられることは疑問である。人の心は複雑であり，単に悲しいでなく，怒り，高揚，様々な感情を，否定せずに聴いてくれる，そういった理解で支え合う環境が必要だと思う。

市長　医療現場では「うつ病」は多いと思う。社会の中でメンタルの問題は重要。「うつ病」を正しく理解した対応の必要だ。生活の中で気分が沈んだとき，病気としてばかり扱うとおかしなことになる。一般組織の管理者にも理解できる教育研修が必要だと思う。心の問題は難しいが，大事なのは声掛けで，互いに声を掛けるきっかけを作って，話しを聴く体制づくりが必要と思う。

市長　先ほど事業説明で「自殺予防ホットライン」と伺いましたが，いのちの電話とは違うのですか。重複しながら色々な所で行っているということか。

返答　いのちの電話は匿名性で行っているが，当法人のホットラインは匿名性ではなく，相談担当者の氏名を名乗り，先方のお名前もお聴きする。相談事業のグループミーティングに繋げたり，継続して相談を行えるヘルプライン電話カウンセリングに繋げたりもできる。ヘルプラインは，責任を持って継続的に関わっていく。

質問　大人の方の話が多いが，子どものグリーフケアも大切である。配偶者の死別悲嘆の問題を，子どもの立場から見ると，残った親が悲嘆に暮れて子どもに目を向けられない場合，子どもは続けて生きている親も失うこととなる。大人は，子どもに対して，今は事情が分からないだろうと思って話さない，そういったとき，そのまま子どもはグリーフを抱えて育っていく。死別，離婚などに伴う，子どもの喪失は，愛着障害を引き起こし，その後の人生に大きく影響する。悲嘆に暮れた子どもが居る場合，配偶者と子ども共に，周りの方の支援が必要である。行政でも何か関わってもらえるといいと思う。

市長　子どもの問題は地域の変化から，家庭の変化，離婚，死別様々あると思う。現代は一人親家庭が増加している。そんな中で子どもにケアが必要なことは分かる。しかし周りの方がいないという場合，行政が直接家庭の中に介入し何かをすることは難しい。子どものケアの NPO などの団体も必要だと思う。その団体と行政が一緒に取り組むことはできる。お金の問題だけでなく，相談には人が必要であり，大きな問題である。高松市は，子ども子育て条例で子ども権利条約を位置づけた。

質問　高松市議会レポートで，高松市危機管理センターH30 年に向けて防災の取り組みがなされ，支援体制ネットワークや人材育成に今から取りかかっていかれると思うが，心ケアに関してどのように考えておられるか。

市長　震災が起きた場合，まず避難し命を守ることが重要である。その後の避難所運営が重要となる。避難所は，プライバシーのない状態で，不眠や子どもの泣き声など様々な問題があり，精神ケアが大切と思う。親を亡くした子どもケアも必要と思う。東日本震災の時には，香川県の要請のもと高松市も医療チームの派遣を行った。そういった経験に基づいて，香川で起きた場合にどうするか，あらかじめ地域防災計画の中で，まず避難，その後避難所の運営や誰が心のケアを行うか計画しているが，実際の災害は想定通りとはならない。自分の地域で，誰がどこで何が出来るかなど，臨機応変な対応ができるよう計画に位置付けている。普段から，自治会単位で自治防災組織を作り，防災士を置き，研修などを地域で行う必要がある。本部が危機管理センターとなり，実際の心のケアは避難所ごとに必要だと思う。自治防災組織は，まだ７割の結成である。人口 42 万の市全体ではなかなか動けない。互いの顔が見える地域を単位としての意識が必要と考えている。

質問　妻を亡くし，グループミーティングに参加した。同じ体験をされた方と話し，自分自身が助けられ，勉強することとか話をする中で立ち直れた。妻を亡くし悲しみのどん底だったが，今は立ち直れて良かった。自身の子どもも心のケアが必要だと思い，今はヘルプラインカウンセラー養成講座に参加している。自分自身の悲しみが深すぎる中で，今私があるのはこの団体と出会えたことによる。こういう団体があることを，みんな知らない。市が知名度をあげることは出来ないか。

市長　今，色々な NPO 団体が活動している。NPO 法人の名簿は作るが，一般の方になかなか情報がいきわたらない。必要な方に必要な情報が届かない。より公的で重要なものは広報を利用し掲載することもあるが，網羅的にはできない。必要な方にピンポイントの提供とはならない。NPO 法人の分野別の啓発活動などを繰り返して行うことが必要だと思う。知っている方が多くなると，必要な方に届きやすいと思う。NPO の行事などが，TV に放映されたり，イベントなどを行い，マスメディアの利用などがいいのではないか。

質問　高松市報の裏の市長コメントに市長の言葉で書いていただく，例えば「まちかどトークでこんなことあった」などと書いていただければいいと思う。

市長　頭においておく。

質問　グリーフワークを危機管理として組織的に行うのも必要だが，日常の営みが必要でそれが広がることが大切である。グリーフワークは何なのか，人生において失われたものが見つかることもあれば見つからず，諦めなければならないこともある。人生の中には，喪失そのものが受け入れられなかったり，喪失されたものに新たに替わる新しいもの見つける過程が難しく，環境に不適応となったり，人間関係や身体に不調が出る場合がある。行政として何ができるかという部分ですが，生活者視点から言えば，日常生活での行政の窓口の関わりも大切だと思う。例えば，市民から否定的反応があった場合，その人の感情や怒りの背後に，喪失があるという視点から，失われた感情や何を取

り戻そうとしているかを考える視点をもって行うと，窓口が一次的な心のケアになる。インフォーマルではあるが，死亡届の提出やそれに伴う様々な変更や返却，火葬場，行政としては粛々と進める必要はあると思うが，遺族の喪失を考えて対応すると市民へのグリーフの浸透があると思う。

市長　先ほどの病院例や行政の窓口で単なるクレーマーとして対応していると，相手はどんどんボルテージが上がって解決にならず，最後は大きな問題となることになる。相手の背後にあるものを，じっくり聴いてみようと意識し，窓口に余裕があればうまく着地できるケースもあると思う。窓口職員に，カウセリングの考え方などの研修も有効だと思う。身内が亡くなった時，行政的手続きは多い。自分の経験でもあるが，十何種類手続きが必要である。出来る限りまとめていこうとしているが，数か所の窓口に行かなければならない。大切な方を亡くしたその死亡届手続きは，精神的負担をかけないように考える必要は感じている。なかなか事務量も多く人員も必要であるが，しかし，まず職員に，いまの意見にあったような気持ちを持ってもらうことが大切だと思う。葬祭場の職員の応対にもクレームがある。相手の気持ち考えた応対研修は絶対に必要だと思う。自分自身も父を亡くした時，一晩眠れず過ごし，その朝，葬儀社の方との段取りの相談にも腹が立った，もっと静かにさせて欲しいという気持ちだった。今になれば，葬儀社の方にも段取りが必要なことも分かる。大切な方をなくした相手の気持ちになることは大切で研修が必要と考えている。

返答　研修については私どもでも協力出来ると思う。

市長　我々の世代は，幼いころから人の死に接しているが，都会で核家族育ちという環境で，最近は死に接していない 20 代 30 代の方多い。知らないと相手に優しくならず，自分自身の身に起きると受け止められない方が多いと思う。

返答　社会が忙しく，その時その時の喪失に向き合っていけないため，ゆとり取り戻す社会が必要と思う。

質問　このまちかどトークをきっかけに，市のホームページなどで市長のことや市政への思いを知りました。市長の考えておられる市政である夢や誇りの持てるコミュニティー，人間性豊かな町作りに，グリーフワークかがわが貢献できると感じている。

市長　今まで，高松市と直接的接点は，なかったのでしょうか。

返答　活動は主にこの高松市男女共同参画センターを利用している。高松市保健センターやコミュニティーセンターに，パンフレットを置かせていただき，市報にも掲載してもらっている。高松市保健センターから相談の紹介もいただいた。NPO は財政基盤が弱く，活動拠点の確保も課題である。岡山県では国立病院跡をＮＰＯセンターとして整備し，ＮＰＯ団体が使用出来る。市のボランティアセンターなど高松市でもどこか使えるようにできないか。廃校になった学校や，病院だった施設などは個室も多くいろいろな大きさの部屋もあるので，利用しやすいと思う。今は会議室として他の NPO 団体なども，この男女参画センターを利用しているが，ここは閉鎖が決まっており新しい場所では貸館業を行わないと聞いた。

市長　　学校は教育委員会が管理しており，現在廃校の施設は使い方が決まっている。今，ＮＰＯ団体の活動拠点がないことは聞いており，対応したいとは思っている。高松市民病院や，国の合同庁舎が，空くことになっている，出来るだけ公的な団体に使える部分を考えたい。高松市の施設として，保健センターや 44 コミュニティーセンターある。温度差はあるが様々な活動をしている。その中で，グリーフワークかがわの存在や活動を広く示すために，コミュニティーセンターやその中の保健委員会などを利用して活用してもらえたらいい。

大西市長からの感想

これからも協働しながら，この活動の充実が必要と感じた。高松市にとって，頼もしい存在と感じた。医療や防災色々な局面で，互いに役立つ存在になれるのでないか。

＊高松市ホームページ（もっと高松）に掲載されています。

http://www.city.takamatsu.kagawa.jp/21934.html

【以上の記録については，逐語録をもとに作成しました。逐語録作成の大黒さんに感謝申し上げます。】

文責　理事長杉山洋子

◆12 月 8 日　第 58 回　理事会開催◆

《報告事項》

1　2013 年度香川県地域自殺対策緊急強化基金事業の進捗状況について

対面型相談支援事業，電話相談支援事業，人材養成事業について担当理事より報告があった。人材育成事業として実施したヘルプラインカウンセラー養成講座は，2013（平成 25）年 9 月 19 日（木）から 12 月 5 日（木）までサンポートホール高松 51 会議室で計 8 回開催され，最終日の 12 月 5 日には受講者 11 名すべてに修了証を授与した。

2，高松市民フェスティバルについて

1）**第 15 回公開セミナー**をワークショップとして 11 月 24 日（日）に高松市男女共同参画センターで開催した。テーマは「仏教の死生観」でグリーフカウンセラーの蓮澤一眞氏の講演を行った。

◎**パネル展**は，高松市市役所 1 階で 11 月 25 日（月）～27 日（水）まで開催された。「地域におけるグリーフワーク」と題し，ポスターの展示とブロシュール，ＰＲカードの配布を行った。反省点として，配布した数が分かるように，持ち込んだブロシュールの数を把握しておいたほうが良かった。

3　第 16 回相談担当者会議（11 月 17 日）について

本事項は，報告のみならず審議が必要と認められたため，審議事項とする。

4　2013 年度グリーフワークかがわ相談担当者研修について

今年度 2 回まで終了した報告をもとに課題について話し合われ，研修の記録を担当者が責任をもって残すことを徹底して行くことについて再確認がなされた。

5　公益財団法人損保ジャパン記念財団　認定 NPO 法人取得資金助成申請について

理事長より申請書を提出完了（11 月 11 日）の報告があった。

6　新相談室転居に関わる準備について

第 17 回相談担当者会議で家具の配置，手順などを具体的に決める。

７　ブロシュール，PR カードの関係機関宛発送について

完了済み。賛助会員であるベルモニー葬祭より，各会館に配布したいので 200 部ほど追加送付の依頼があり対応する。

《審議事項》

議題１　相談担当者会議の運営について

相談担当者会議は対面型相談支援，電話相談支援事業従事者の意見交換の場である。現場での実践の中で生まれる疑問点や意見を積極的に話し合うことで，相談者にとって研修の意味も出てくる。会議の意義について共有し，カウンセラーは積極的に参加し，相談担当者会議で集約した内容は，理事会に報告事項として挙げていくことで了承された。

議題２　認定 NPO 法人取得に関するワーキング報告

今後のスケジュールとして，来年 4 月に税理士によるコンサルテーションを依頼し，認定 NPO 法人取得申請に当たっては，次年度の総会で承認を求めることで了承された。準備に係る経費としては，公益財団法人損保ジャパン記念財団　認定 NPO 法人取得資金助成金で行うこと，もし助成金不受理の場合は一般財源で賄うことで了承された。

議題３　グリーフワークかがわ将来ビジョン（ワーキンググループ）の中間報告

次回の理事会に見送る。

議題４　2014 年度事業に関する財源確保について

1）香川県共同募金助成金申請については 12 月 13 日（金）に提出を完了した。

2）2014 年度香川県地域自殺対策緊急強化基金事業については香川県担当者に照会中である。

3）本体である「グリーフカウンセリング事業」（有料）の強化を図る。

議題５，2014 年度人材育成事業について

グリーフカウンセラー養成講座について高松市協働企画提案事業申請と併せて，担当者相談会議で審議を図ること提案があり了承された。

議題６，新相談室への転居について

転居の準備作業について事務局から説明があり，詰めの話し合いがなされた。引っ越しは 12 月 23 日午後 1 時開始。業者は赤帽に依頼している。磨屋町と錦町のふたつに別れて集合し作業に掛かる。

また，相談室の移転による相談室管理規程の改訂について了承された。

議題７，技術援助について

桜町教会からの講演依頼（2014 年 2 月 16 日）について，普及啓発担当植田理事で決定した。内容は「グリーフワークかがわの活動について」である。

議題８，原稿執筆依頼について

香川県精神保健福祉協会からの執筆依頼について受理することで了承を得た。特集テーマは，「地域で支える心と生活」である。

議題９．周知徹底事項

内部事務として，関係者に周知徹底を図ることで了承された。

① 理事の承認承諾書を未だ提出していない方は，必ず提出すること。

② 報告書，必要事項書類など，加筆，訂正等がすべて完了した文書は，必ず「確定版」として配信すること。

③ 事業計画書，貸借対照表など書類作成時に必要不可欠な文書は，ホームページの〈会員のページ〉を活用して事務的作業をスムーズにすること。

◆12 月 15 日　第 17 回グリーフワークかがわ相談者担当会開催◆

議題
１．11 月分相談事業の実施状況報告
　グループミーティング　１名（再来）
　ヘルプラインかがわ電話カウンセリング成立件数　１件(11/13)
　自殺予防ホットラインかがわ　０件

杉山理事長より提案
　相談事業の実施状況は，相談対応の数の報告だけでなく，課題や経験などを議論し合う場となってほしい。午後からのスーパービジョンは個々の事例であるが，会議の場は現場での不安や困難を話し合い，その中で審議すべき点があれば審議事項として話し合ったら良い。相談担当者会で審議してほしいことがあれば前もって出していただき審議事項としてあげる。報告の中で審議事項に移行となる場合も出てくる。相談担当者会は今後安定した相談ができるようにするための場でもある。

⇩

次回（１月１９日）から相談担当者会議の構成として，まず，相談事業の報告を行い，審議が必要なことは審議事項として挙げていく。

・今後，あらたに認定されたカウンセラーを含めた拡大相談担当者会議を行うので，その場でも相談担当者会議の意義を説明する。
・グループミーティングは担当者がかわるので相談担当者会で連携をとっていく方が良い。今後，面談による相談も実施するので，相談事業の連携が上手くいくようにする。
・グループミーティングのあとの振り返りの報告もしてほしい。
・面談時の料金，面談の予約方法について確認を行った。
・カウンセラーの登録証について。グリーフカウンセラー，ヘルプラインカウンセラーの登録証を各自携帯しておくことが規定されており，登録証の携帯を徹底すること。

⇩

グリーフカウンセラーとヘルプラインカウンセラーについて理事会で指針を示すことについて，相談担当者会からの審議事項として理事会にあげることとする。

２．グリーフカウンセラー養成講座実施の審議について
　来年度にグリーフカウンセラー養成講座を開催する方向で理事会で決まった。さらに，高松市協働企画提案事業に申請をして，高松市からの委託事業で実施したいという意向がある。

理事長より説明
高松市協働企画提案事業について
申し込み期間：12/18～1/16
今回，高松市長とまちかどトークをしたことを生かすためにも，「グリーフワークかがわ」と市と協働していくのはどうか。
⇒高松市協働企画提案事業に申請することで決定
主担当と副担当を決めてタイムスケジュールを決めていく。書類作成をして市とのやり取りが必要になってくると考えられる。主担当：塩田理事　副担当：花岡理事

３．相談室の移転について
　引っ越しは 12 月 23 日午後１時からとなっている。詳細は省略。

◆2013 年度第４回相談担当者研修のおしらせ◆

　グリーフカウンセラー，ヘルプラインカウンセラーすべての方を対象としています。
　どうぞご出席ください。
　　日時：2014 年 1 月 19 日（日）13：00～15：00
　　会場：高松市男女共同参画センター
　　事例提出：藤本泰成
　　スーパーバイザー：花岡正憲

◆第 16 回公開セミナーのおしらせ◆

http://www.griefwork.jp/main/k_seminar.html

日時：2014 年 1 月 26 日（日）10：00～12：00
テーマ：「喪失に伴う非嘆からの回復過程について－先人から学ぶ－」
講師：池島邦夫（副理事長）

編集後記

2013 年最後のニュースレターになりました。今年は，「グリーフワークかがわ」にとっていろいろなことがありました。初めて，高松市長とまちかどトークで対話をしました。また，相談室の移転について部屋探しが始まりみんなで思案しました。結果，錦町のマンションに決定・引っ越ししました。何をするにも，皆の知恵と力が必要であるとつくづく実感しました。
皆様にとって新年が良い年となりますように・・・

（編集担当　植村）

今後の予定

1 月 12 日（日）10 時～11 時 30 分	身近な人をなくした方のグループミーティング 場所：高松市男女共同参画センター
1 月 12 日（日）13 時 30 分～16 時	第 59 回理事会　場所：高松市男女共同参画センター
1 月 19 日（日）10 時～11 時 30 分	相談担当者会議　場所：高松市男女共同参画センター
1 月 19 日（日）13 時～15 時	2013 年度第 3 回相談担当者研修 場所：高松市男女共同参画センター
1 月 26 日（月）10 時～　12 時	公開セミナー「喪失に伴う非嘆からの回復過程について－先人から学ぶ－」