

ひだまりカフェ



宇都宮協立診療所 グリーフケア

*カフェ開催日：隔月第4水曜日 14:00～16:00
※都度変更あり お知らせいたします
*場所：虹の杜（本部介護事業所）
*参加人数：3～5名程度 無料
【お問い合わせ】
宇都宮協立診療所 028-650-7881
(月～金13:00～16:00 土9:00～11:45)
担当：医師 川口、瀬山・医事課 日出・看護師 宮崎・放射線技師 小村

ご遺族の悲しみ(グリーフ)に少しでも寄り添い、人生を生きていくエネルギーのきっかけ、一歩踏み出すお手伝いとなるケアを

宇都宮協立診療所では、ひだまりカフェを立ち上げました。

「同じ境遇の方同士で語り合い耳を傾けることでグリーフを和らげる場所をつくりたい」

そんな思いで始めました。故人様に関わらせていただいた医師や看護師も一緒に語らいます。2022年1月よりグリーフケア活動を始め、ひだまりカフェとしましてはすでに5回開催いたしました。また、今回のカフェ開催に向けて、スタッフ同士のミーティング、そしてふたば診療所のグリーフケアチームのスタッフともミーティングにて意見交換をしたりなど、様々な面でみなさまのサポートができるよう活動しております。カフェ参加のご遺族からは、「ぜひまた参加したい」「苦しみを抱えているのは自分だけではない」「どうしても気分が落ちてしまっていました、今回外にでるきっかけとなりました」などのお言葉をいただき、スタッフもうれしく思っています。辛い想いや悲しみが、これからの生きるエネルギーに変わるようそっとサポートさせていただけたらと思います。



2023年12月のひだまりカフェは、これまで数回参加された方々と会を行いました。ひだまりカフェは一度参加される方、数回参加される方、様々です。以前に比べて笑顔がみられたり、時には冗談を交えてお話ししてくださったり、回を追う毎に変化する表情や心境がみられました。悲嘆の強さによっても様々な回がございしますが、今回はご遺族の方自ら新聞の切り抜きをお持ちくださったり、和やかな雰囲気です。2023年最後のひだまりカフェの開催となりました。また、リフレッシュ時間としましては、スタッフによるハンドマッサージや肩まわりのマッサージを行いました。ご参加された皆様お疲れ様でした。次回のひだまりカフェは2月28日開催です。