

ひだまりカフェ

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
グリーフケア

2024年10月に開催となりましたひだまりカフェは、これまで数回参加された方2名と、初めましての方2名の計4名のご遺族の皆さまの参加にて開催いたしました。

初めましての方は、診療所のホームページを見てひだまりカフェを知り、お住いの地域にはなかなかこのような場が無いとのこと、今回片道1時間ほどかけてお越しくださいました。遠いところお越しくださいまして、ありがとうございます。今回は、大切な方を亡くされてまだ間もない方、そして数年経った今になってとても悲しみが大きくなってしまった方、様々な境遇の方の参加となりました。これまで何度か参加されている方の中で、他の参加者の方もみな驚くほど明るくなった方がいらっしやいました。毎日遺影の前で故人と向き合っていくうちに、これまでとても大切にしてくれていたことへの気付きや、感謝の気持ちが大きくなり、私がめめめそしてるばかりじゃダメだ、外にでよう、と、だんだんと気持ちが前向きになってきたことをお話ししてくださいました。また、少しずつ前向きになったきっかけや、ノートに想いを書き出すことなど、お互いにどうやったら乗り越えられるか、乗り越えて今があるのかを参加者同士でお話しされる様子がとても印象的でした。参加して下さったご遺族の皆さまありがとうございます。次回のひだまりカフェは12月25日(水)開催です。

【ひだまりカフェ】

＊カフェ開催日：隔月第4水曜日 14:00～16:00

※都度変更あり HPやお手紙にてお知らせいたします

＊場所：宇都宮協立診療所 会議室

ご参加される方は診療所受付にお声がけください。ご案内いたします。

＊参加人数：少人数制 無料

＊どなたでもご参加いただけます

ひだまりカフェはおひとりおひとりのお話を大切にしたいと思い

少人数制での開催にさせていただいております。

参加のご希望人数が多くなった際は、臨時開催や次回の開催日へのご案内をさせていただく場合がございます。

【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 瀬山・医事課 日出

看護師 宮崎・放射線技師 小村



↑過去の記事はこちらから
ご覧いただけます



途中おひとりずつリフレッシュ時間を*



栃木保健医療生活協同組合宇都宮協立診療所