

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

2025年2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1名と、初めましての方3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。

今回初めましての方は、当診療所のお悔み訪問チームとの連携にて参加となった方でした。大切な方を亡くして1年が経った今、医師からのメッセージが書いてあるお手紙が届き、私も参加したいと思ったとお話しして下さいました。また、宇都宮保健所からお繋ぎ下さった方もいらっしゃいました。大切なお子さんを亡くされてからまだ間もないため、とても悲嘆が強く、終始涙を流されていました。『同じ思いを抱えたご遺族の方とお話したい、ずっと引きこもっている自分をどうにかしたい』とのお気持ちがあって参加してくださいましたが『今回外にできるきっかけとなって、参加して良かったです』とお話しして下さいました。本当に焦らず少しずつ、心と生活も整えていけたら…と感じました。多くのご遺族のお話を聞く中で、悲しい時には気持ちを無理に抑え込まずに、思いきり悲しむことも必要であると感じていきます。

ひだまりカフェであれば安心して悲しみを表現したり、普段は言えない気持ちもお話できると思っただけです。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4月23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きます。

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きます。



【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

