

参加費無料

大切な人を

失った悲しみに

寄り添い、支える

## グリーフサポート講座

グリーフを抱えている方に寄り添い、支えあう方法について学ぶ「グリーフサポート講座」を開催します。孤立しがちな方の背景にあるグリーフを理解し、私たちにできることを考えてみませんか？

グリーフ (grief) : 大切な人やものを失ったことにより生じるさまざまな反応のこと

### 基礎編

### 実践編

対象：基礎編受講者またはグリーフサポートに関わった経験がある方

10月9日（水）

14時から16時



- ・グリーフサポートの基礎知識
- ・グリーフサポートの目的

基礎編申込  
フォーム

●講師：

一般社団法人セルフケア・ネットワーク代表理事 高本 眞左子 氏  
聖路加国際大学PCC開発・地域連携室マネジャー 中村 めぐみ 氏

●会場：中央区社会福祉協議会 3階 大会議室

●対象：在住、在勤、在学の方

●定員：各回25名（応募者多数の場合は抽選）

※実践編はグリーフサポートに関わった経験がある方または基礎編受講者が対象

●申込方法：基礎編は10月1日(火)まで、実践編は10月22日(火)までに申込フォーム、メール、電話にて必要事項（氏名、住所、電話番号、メールアドレス、申込理由、実践編の場合は所属や経験）を添えてお申込みください。講師へのご質問がある場合は併せてご記入ください。

10月30日（水）

14時から16時



- ・大切な人を亡くした方へのグリーフサポートの実際
- ・医療や介護の現場でのグリーフケアの留意点
- ・セルフケアの意義

実践編申込  
フォーム

基礎編

実践編

実践編

## 昨年の講座の様子



## 講座参加者の声



声かけ言葉がとても大切と思いました。相手を思う心 自分自身も大切にしていくことと感じました。

声かけのむずかしさがわかりました。沈黙で助かったことが何回かありました。

「オープクエスチョン」が特に印象に残りました。参考にしたいと思います！！

グリーンサポートは「日常の中でのサポート」が約6割ということ  
は知りませんでした。個人として何かできるかもと気づけました。  
施設でできるグリーンケア（家族、職員含め）に取り組みたいと再  
認識できた。そのためには自分自身を大切にセルフケアが出来る職  
員を増やしていかないと…。

## ●会場

中央区社会福祉協議会 3階 大会議室

〒104-0032 中央区八丁堀4-1-5

- ・都営地下鉄浅草線宝町駅（A1出口）徒歩3分
- ・東京メトロ日比谷線八丁堀駅（A3出口）徒歩7分
- ・東京メトロ有楽町線新富町駅（2番出口）徒歩7分

## ●申込み・問合せ先

中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課

TEL 03-3523-9295 / FAX 03-3206-0601

Eメール sasae@shakyo-chuo-city.jp

