

ふれあいゼミナールのご案内

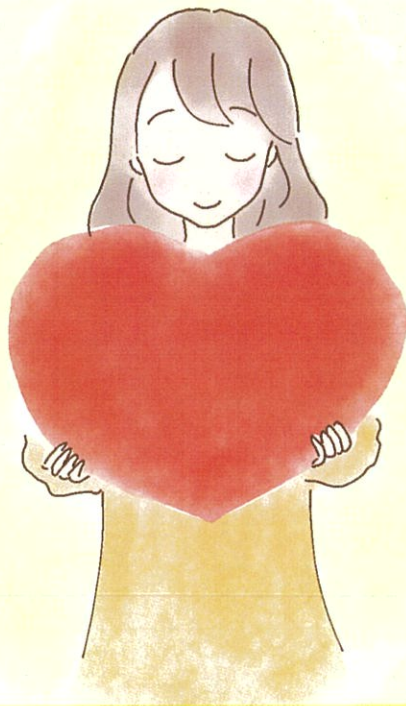
みやぎ霊園&うみとそら
共同開催

大切な存在を亡くした哀しみを癒す グリーフサロン「こもれびの会」



グリーフケアは、日本語で「悲嘆ケア」と訳されます。大切な存在とお別れしてから、寂しくてつらい、眠れない、気持ちが落ち込む、そのようなことはありませんか。それらは決して特別なことではなく、誰にでも起こりうる「グリーフ」という状態です。哀しみがやわらぐまで時間がかかり、誰かの支えが必要なことがあります。

グリーフサロン「こもれびの会」は、家族や友人など大切な存在を失った方たちの心の痛みを分かち合う会です。何でも自由に話してください。話すことや他の同じような経験をしている方の話を聞くことで心が癒されたり、問題が整理されたり、背負っていたものから解放されたりします。グリーフケアを学んだ専門家も参加し、あなたをサポートします。



内容は配偶者やお子さん等との死別を経験された**ご遺族向け**とペットとの死別を経験された**ペットロス向け**に分かれます。

第1部

専門家も交えた参加者同士の語り合い

誰にも言えない気持ちを共感しながら聞いてくれる相手と安心して語り合える場です。

※お話しした内容の秘密は厳守します。

第2部

癒しの音楽

「人の心と体にやすらぎを」をテーマに、演奏家などと一緒にリラクゼーションの場を創り上げます。



日時

2023年 4/25 (火) **ご遺族向け**
7/20 (木) **ペットロス向け**
10/3 (火) **ご遺族向け**
2024年 1/25 (木) **ペットロス向け**
時間 13:30~15:00

会場

みやぎ霊園管理事務所

料金

無料

定員

各回最大5名(定員になり次第締切)

締切

開催日の1週間前まで

申込

みやぎ霊園管理事務所
TEL 022-226-2440

問合せ先

NPO法人うみとそら **こもれびの会**担当
TEL 022-200-6315