

平成 25 年度活動助成 活動実績報告書

団体名	特定非営利活動法人 遺族支え愛ネット
活動テーマ	遺族の悲嘆を分かちあい・支えあおう!!



当法人では、かけがえのない大切な人を失くし辛い体験をした遺族同士が、互いに支え合い・分かち合いを繰り返す中で、徐々に癒されて、残された一度だけの人生が、心身ともに健康で、心豊かで実りある事を目的としたサロン活動に取り組んできました。また、体験を語り、命の尊さなど遺族のもてる諸体験を社会に役立てるための発信も行い、学習の場の提供にも努めました。

サロン活動では、発足以来継続して「悲嘆の分かち合い」を行っています。先輩遺族が後輩遺族に寄り添い傾聴を行った結果、回復の手本・見本となる人と出会い新しい人間関係づくりの輪ができました。同じ境遇という安心感が、大きな力となりグリーフを乗り越えるきっかけになった会員は多かったと思います。

- ・ ピアサポーターが支えることで仲間意識ができ「救われた」という声を多く聞きました。
- ・ うつ症状のあった会員が、参加することで薬から開放された例もありました。
- ・ 1日誰とも話さなかった遺族が、外出しおしゃべりすることで癒され方は多かったと思われます。一人ひとりが少しでも悲嘆から回復し、これからを輝いて生きる意欲を取り戻せる実践ができました。

また、特別例会には328名の方が参加。中村仁一先生の「逝き方は生き方～死ぬまでをどう生きますか～」と題した講演会は、「生きる」こと考え方が変わった。生き方についてかなり違った観点をご指摘下さり大変参考になった。今を大切にしようと思った等、多くの参加者からコメントを頂いた事は、少し社会に貢献できたのではないかと考えています。