

# 悲しみは消えなくていい

## —グリーフとともに生きる

悲しみと  
ともにある人へ。



おさだ みつのぶ  
**長田 光展**さん  
中央大学名誉教授  
日本グリーフケア・センター名誉会長

30年以上にわたり、杉並区で「支える会」を主宰し、愛する人を亡くした方々の悲嘆に寄り添い続けてきた。グリーフケアがまだ一般的でなかった時代から、その必要性を伝え、全国から参加者が集う場となる。悲嘆のなかにある人々の傷つき易い心に愛育の場を提供し、「悲しみは真実の自分を見つける大切な心の『窓』である」との思いのもと、立ち直りのお手伝いに専念してきた。

日本グリーフケア・センターの紹介  
伴侶を亡くされた方が安心して語り合える場として、文京区でグループカウンセリング「支える会」を開催しています。

グリーフとは「悲嘆」を意味します。この講演会では、大切な人を亡くされた方々の心にどのような変化が起こり、どのような症状が現れるのか、それに対処するには、どんな方法があるのかなどについてお話します。あわせて、カウンセリングは「悲しみ」を忘れるためにあるのではなく、むしろ「悲しみ」を大切に生きていくためのものであることに触れ、『グリーフケア』の意味を皆さんとともに考えていきたいと思ひます。

# 6月27日 土

14時～15時30分 定員30人 (抽選 申込〆切6月20日)

お話: **長田光展** 中央大学名誉教授  
日本グリーフケア・センター名誉会長

場所: 大塚地域活動センターオープンスペース

参加費: **無料**

Peatix  
参加申し込み➔



文京区大塚 1-4-1 (※会場までの案内は裏面参照)

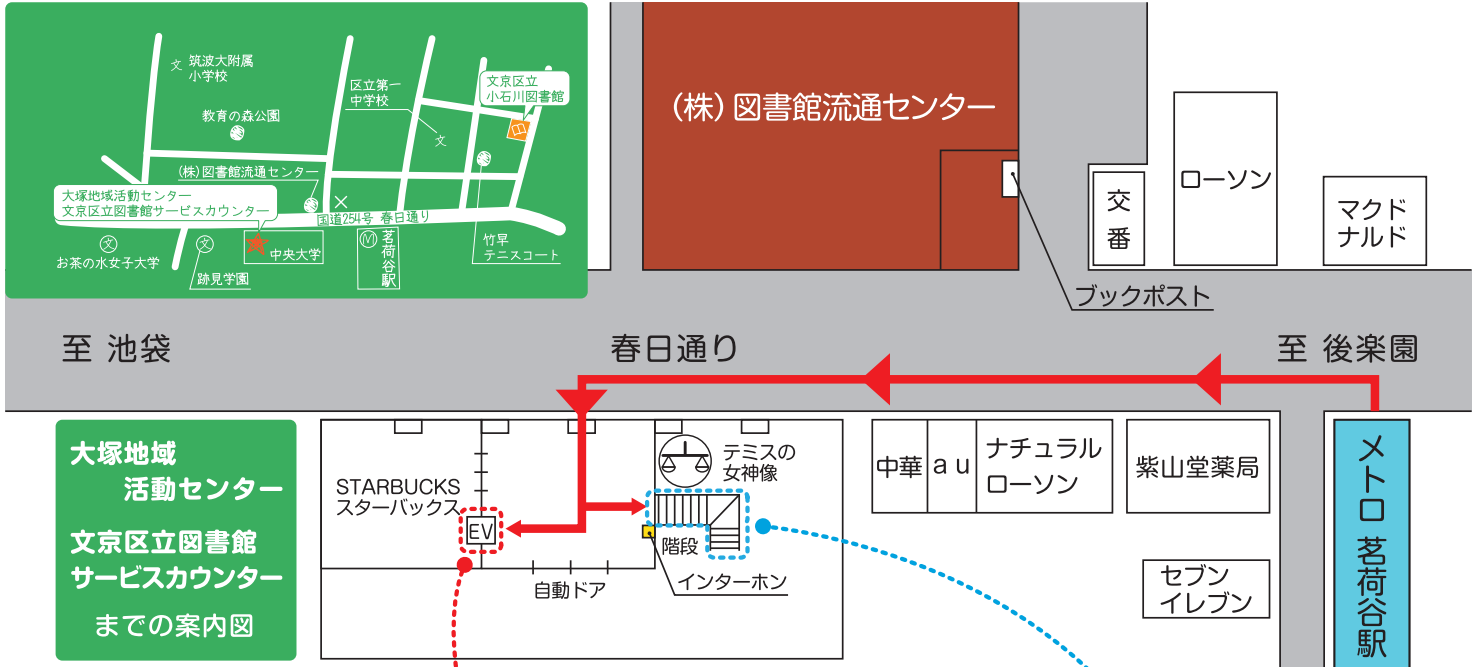
大塚地域活動センター開館時間

月～金 : 9:00～20:00  
土日・祝: 9:00～17:00

住所: 文京区大塚 1-4-1 中央大学 茗荷谷キャンパス 2階  
申込・問合せ: 大塚地域活動センター オープンスペース企画事務局  
(運営: 図書館流通センターサポート事業推進室 Myogadani Lab.)  
E-mail: otsukaop@gmail.com



# Oos のアクセス



大塚地域活動センター  
文京区立図書館サービスカウンターは  
建物の**2階**にあります

スターバックス入口の左側にあるエレベーター(EV)で  
2階へお越しください



または、テミスの女神像  
裏側にある階段を  
ご利用ください



## 文京区立大塚地域活動センター

〒112-0012 文京区大塚1丁目4番1号  
電話 03-3947-2624

# Oos

## OTSUKA OPEN SPACE

大きくひろく、つながる場。