「グリーフケア」とは？

大切な人を亡くしたことによって起こる
様々な身体的・心理的・社会的な反応のことを
グリーフ（悲嘆）といいます。

深い悲しみを乗り越えたり、回復することは
できませんが、適切なケアを行うことで
大切な人がいなくなってしまった世界において
何とか生きていくための適応をしていくことは
可能です。それが「グリーフケア」です。

心

さみしい
罪悪感
かなしい
不安
いらいらする

生活

家事・仕事ができない
誰にも会いたくない
ぼんやりする
落ち着かない
集中できない

身体

眠れない
食欲ない
涙が止まらない
起きられない
何もしたくない

グリーフは
誰にでも起こる
自然な反応

どんな感情も反応も
あなたの感じるままに
大切なもの

会員募集

グリーフケアネットワークぐんま ことのは では
法人・個人の賛助会員を広く募集しています。
みなさまからの暖かいご支援ご協力をお願いいたします。

賛助会費

個人サポーター　3,000円から
法人サポーター　15,000円・50,000円・100,000円

寄付金

金額の多寡を問いません
寄付・振込先
グリーフケアネットワークぐんま ことのは

ことのは
Grief care network
GUNMA

グリーフケアネットワークぐんま　ことのは

事務局

NPO法人キッズバレイ
〒376-0031 群馬県桐生市本町5丁目51番地 東武桐生ビル1階
TEL：0277-46-7486　FAX：0277-46-7487
E-mail：griefcare@cotonoha.info

協力団体

あすかセレモ株式会社
群馬県みどり市大間々町大間々96-1 TEL: 0277-76-0001

有限会社COCO-LO
群馬県桐生市相生町2丁目261-3 TEL:0277-55-5422
※五十音順

このリーフレットは赤い羽根共同募金の助成により作成されています。
赤い羽根共同募金

大切な人を亡くした すべての方へ

ことのは
Grief care network
GUNMA