

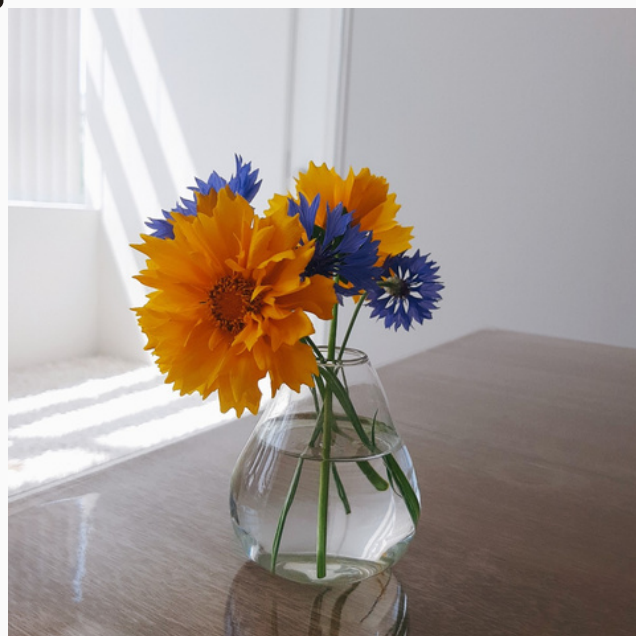
新しい活動を「つくりだす」助成
助成申請年度／2020年度～2022年度

グリーフケアネットワークぐんま 『ことのは』 成果報告書

特定非営利活動法人キッズバレイ



<https://cotonoha.info/>



目次

01.

はじめに

02.

課題・解決の目標

03.

取組の概要

04.

取組の詳細

05.

寄り添い支えあう地域に

06.

地域との連携

07.

3年間を振り返って

はじめに

当団体は子育て世代がいきいきと暮らし働くことのできる地域づくりのために、活動を行ってきました。子育て世代が背負っている苦悩は多岐にわたり、中でも両親、夫、子どもといった「大切な人との死別」により、誰にも相談できず苦しみ、助けを求められず長期間自分の中で抱え込んで自分を責め続けている人がいるという現実を知りました。

本プロジェクトでは、心の準備なく突然訪れる、友人、家族、子どもといった大切な人との死別によって、深い悲しみや喪失感に襲われることで誰もが陥る「グリーフ（悲嘆）」の状態についての正しい理解を広め、同時に当事者にそっと寄り添い、援助する「グリーフケア」を身近にすることを目指しこの三か年事業に取り組みました。

■社会の現状

「多死社会」を迎えた日本。2040年頃まで年間死者数は増加の一途を辿ると推計されている（国際社会保障・人口問題研究所）

- ・日本全体 死亡数 1,362,482人（H30）
- ・群馬県 死亡数 22,937人（事故死718人含）
- 0～19歳の死亡数 72人
 - 新生児死亡（生後4週未満の死）8人
 - 乳児死亡（1歳未満の死）24人
- 死産 288
- 周産期死亡 28

単純計算ですが...群馬県人口約195万人に対して死亡数2万3千人という現状における、グリーフを感じている人口は...

非常に深いグリーフ （伴侶、子、親など）	死亡数 ×2倍	4万6千人
深いグリーフ（親族など）	死亡数 ×10倍	23万人
グリーフ（知人、友人など）	死亡数 ×100倍	230万人

人口の約12%

人口を超える

課題・解決の目標

① 課題認識 ・ 解決の目標	<p>【困りごと】 誰が、どんな状態で、何に困っている（困るかもしれない）か。</p> <p>■誰が 大切な人との死別によりグリーフ（悲嘆）の中にいる方（特にお子さんを亡くされた方）</p> <p>■どんな状況で</p> <ul style="list-style-type: none">・死についての話題は当事者も周囲も触れられない重い話題・当事者は慰めの言葉に傷ついたり、お子さんとの死別の場合はそれまでの交友関係を断っていたり、悲しみについて受容してくれる安心できる場が身近にない <p>■何に困っているか</p> <ul style="list-style-type: none">・正常なグリーフ（悲嘆）の経過をたどっていても、本人がそのことに気がついておらず自分の気持ちの変化に思い悩み、「悲しみとともに生きる」ことができずにいる
	<p>【目指す社会像】 上記の困りごとを抱えた人が、どのように暮らす社会・地域 …と具体的に表してみる</p> <ul style="list-style-type: none">・悲しみの中にいる誰もが自分を責めたり、一人で抱え込むことなく、グリーフに適応するための適切なサポート（グリーフケア）が身近にある地域
	<p>【障壁・問題】 上記の社会像を目指そうとしたときに“障壁”となるものを具体的にイメージする</p> <ul style="list-style-type: none">・大切な人の死について向き合い、グリーフケアの場に出かけるまでの最初の一步・人の死について語ることをタブーとする風潮・グリーフケアにあたる支援者の言葉がけ一つひとつ
	<p>【解決の目標】 「目指す社会像」のために「障壁・問題」を取り除いて解決していく …という決意表明</p> <ul style="list-style-type: none">・死について話すことは、生きることについて向き合うことにもつながるとい死生観を持って、医療や公的な福祉サービスが及ばない、大切な人との死別という一人ひとりのグリーフに寄り添い、グリーフからの回復の助けとなる

■3年後の目指す成果

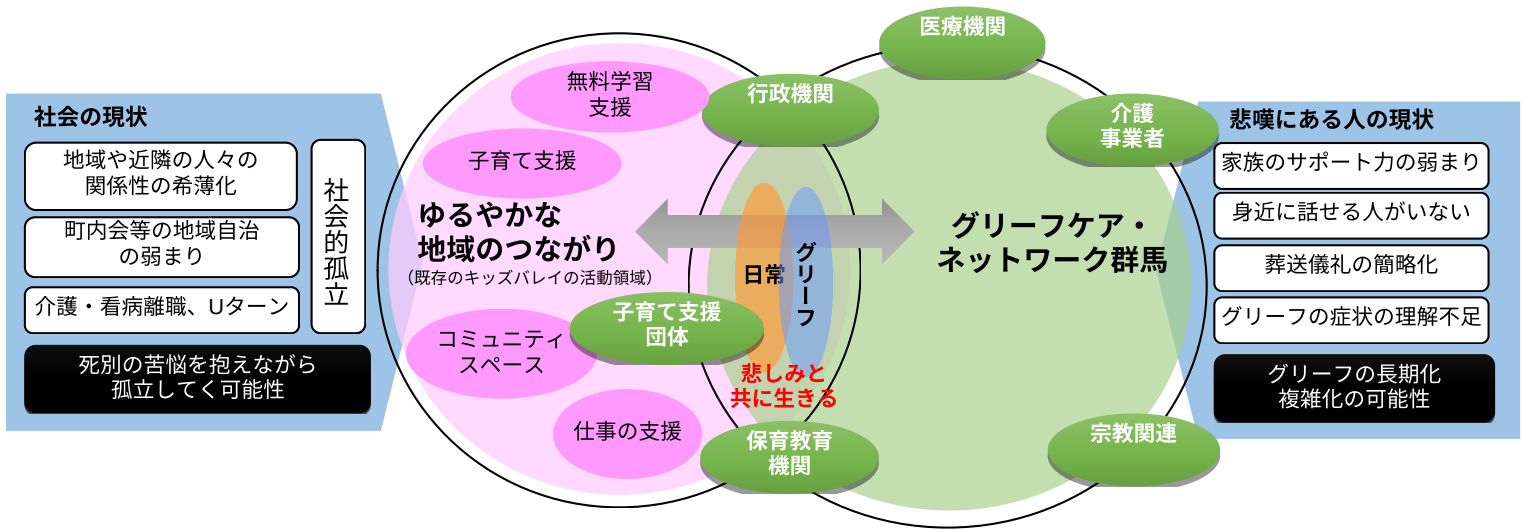
死について話すことは、生きることについてもつながるとい死生観をもって医療や公的サービスが及ばない、「大切な人との死別」という一人ひとりのグリーフに向き合い、グリーフからの回復の助けとなる。



取り組みの概要

■全体設計

グリーフ（悲嘆）についての理解を広げ、悲しみの中にいる誰もが自分を責めたり、一人で抱え込むことなく、**グリーフに適応するための適切なサポート（グリーフケア）が身近にある地域**



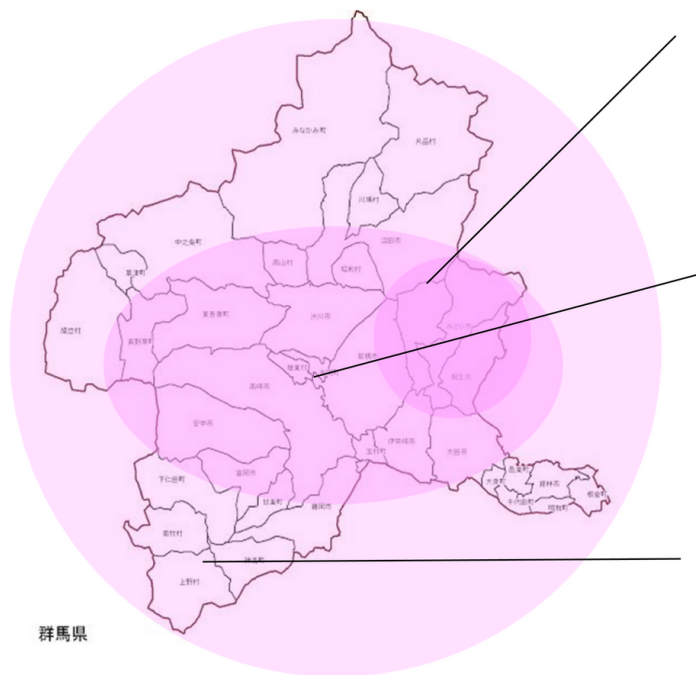
「ことのは」の具体的な取り組み

- 広める：誰にでも起こる大切な人との死別とグリーフについて知る機会をつくる
- ケアの場：現在グリーフにある方を対象として、心の中を整理し、安心して涙を流せ、当事者同士がつながることのできるケアの場をつくる。
- 人材育成：地域内でグリーフケアを行うことのできるファシリテーターの人材を養成する。
- 基盤形成：他機関が連携できるベースとして、「グリーフケア・ネットワーク群馬」の輪を広げる。



取り組みの詳細

「グリーンケア」が身近にある地域を目指して



1年目：桐生みどり地域にてモデル地域となるような地域ネットワークを構築

グリーンケア・ネットワークぐんま「ことのは」として活動。当団体が主体となり、桐生みどりの関係各団体との連携を構築。県内の他地域の先行事例となれるようなモデルを構築する。実施の基本のトライアングルを1セット実施

2年目：桐生みどり地域+前橋出張開催

当団体が主体となって実施する桐生みどり地域以外の地域として、前橋での出張講座を開催。現地での協力も得て、定着される仕組みを構築する。桐生みどり地域においては、座談会いがいにもつながりや居場所づくりのとりくみとして「ことのはオープンデイ」を開催する。

中毛／前橋

3年目：県内各地で実施できる基盤を整える

自分の地域でグリーンケアを取り入れたい方が、取り組みやすい環境を構築する。ノウハウが共有できるようなツールの提供と、必要な地域資源へアクセスおよび連携できるように支援する。

県内全域において、「グリーンケア」にアクセスできる環境のベースを整える

西毛／高崎市・安中 北毛／沼田

ことのはカフェ

大切な人を亡くされた方向け、お子さんを亡くされた方向け、という2種類の座談会を開催。ファシリテーターが進行し6名程度の参加者が、それぞれの気持ちを話せ気持ちを分かち合える場所。基本的には連続参加は想定せず、年に1回～半年に2回程度の参加を推奨する。

グリーンケアワークショップ

ワークシートを使い、悲嘆を整理していくことで、漠然とした行き場のない気持ちを整理するきっかけとしています。

ことのはオープンデイ

ことのはカフェの参加者や、ことのはカフェに興味はあるが一步踏み出せない方が、集まり、故人をしのぶ何かを作りながら、気軽にお話できる場。隔月で定期的で開催し、リピート参加も可。お話ししたい方がするというかたちで、手作りを目的にしても気軽に参加してもらおう。



子どものグリーンケア

親や兄弟との死別による悲嘆を抱えた子どものグリーンケアの場として、親子参加型の日帰りのプログラムを行います。2020年度は、ことのはカフェに参加して下さった方のお子さんなどから、実施していきます。レクリエーションを行いながら、グリーンケアに関する絵本の読み聞かせや、お話の場など、子どもたちが他では話せない悲嘆の気持ちを話せる雰囲気や、サポーターをつくっていきます。

広める活動の場

グリーンケアを多くの方に知っていただくような講演会等を開催します。「命」や「生きること」について触れることのできるお話の中で、グリーンケアについて知る機会をもっていただきます。

サポーター説明会

グリーンケアについて関心を持ち、支える側になって役に立ちたいという方が、グリーンケアサポートとは何かという基礎を学び、今後のことのはの一員になるための入口とする。

ことのは講座

グリーンケアの専門性を高めるため、専門家をお招きして学び実践に活かすことのできる講座を開催する

取り組みの詳細

■活動名『ことのは』に込めた思い

ありのままの自分の気持ち ココロの言葉 = 「言の葉」を大切にし
かなしみの中にいる誰もが自分を責めたり、
1人で抱え込むことのないようグリーフ（悲嘆）に適応するための適切な心のケア
「グリーフケア」が身近にある地域を目指して活動しています。

ロゴの作成



言葉は外に向かって広がるものではなく、心の中に多数ある。
少しいびつだけれど温かみのある丸の中に沢山の葉が重なるイメージ

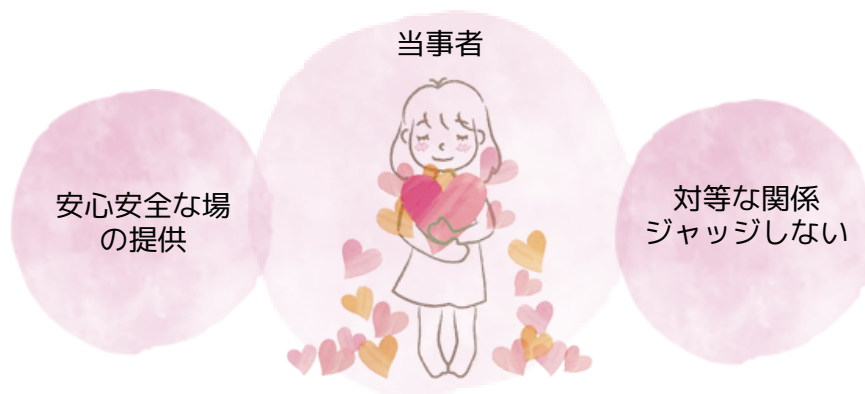
リーフレット作成



- ・当事者向け
- ・支える方向け
- ・リーフレット立て

■『ファシリテーター』の役割

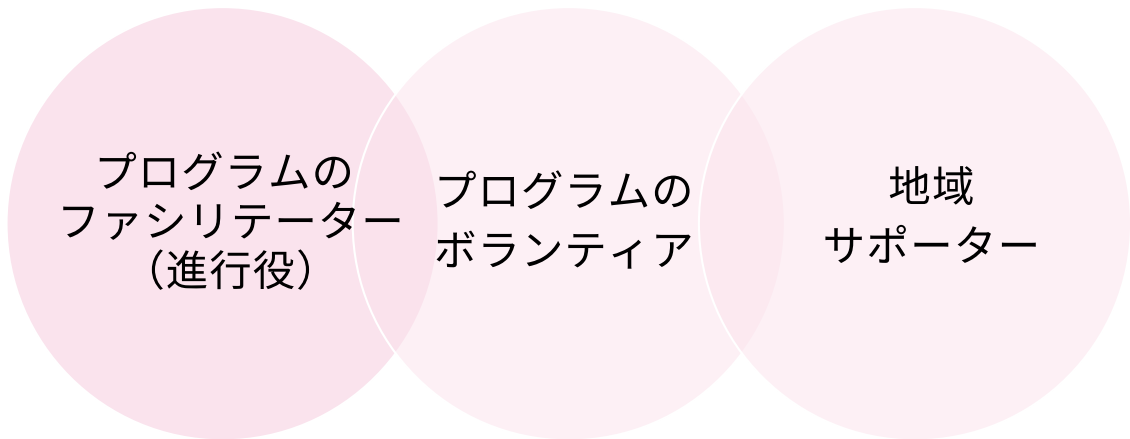
ことのはのスタッフは、グリーフの状況にある子どもや大人をサポートするための知識と、
寄り添うためのスキルを学び、またグリーフを抱えていた当事者でもあります。
グリーフを抱えどうしたらよいかと立ち止まっている方と、少しずつ一緒に歩む
お手伝いをしていきます。



寄り添い支えあう地域に

■ことのはサポーター

『ことのは』では、グリーフケアに関心を持ち、支える側に立ちたいという方を「ことのはサポーター」としてお迎えしています。サポーターは、私たちが大切にしている想いを共有し、その想いに賛同してくださる方々です。一緒に活動し、グリーフケアの大切さを広める仲間として、お待ちしております。



【人材育成目標】

・県内各地でグリーフケアに携わりたい支援者の研修制度が整い、グリーフケアを伝えられる人が各地にいる。
支援者同士の連携ができるようになり、困難なケースなどにも寄り添える体制が整う。

サポーターは、プログラムのファシリテーターだけではありません。
○ボランティアとしてグリーフケアの場をお手伝いいただいている方
○各地域で活動する際に協力いただいている地域サポーターさん
お住まいの地域や職場で、グリーフケアを広げたいと思っている方も
いらっしゃいます。

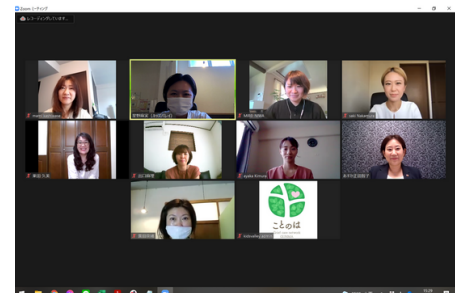
男性のグリーフケアの場



グリーフケアに関する勉強会の実施



サポーターさんのフォローアップ



地域との連携

■ グリーフを抱えた方に、グリーフケアを届けたい

- 地域の関係機関や団体との連携活動（グリーフケア）を行う上で地域への周知、信頼性を高める。

地域の新聞社
記事の掲載

SNSで周知
チラシ配布

協力団体との
共催

リーフレットの
配布

課題
どんなグリーフ？
開催場所はどこで？

“声”を反映し
形を変えて実施



地域の新聞社に取材いただきました
利根沼田地域で発行「週間利根」



ほっとぐんま630にて取材

同じ立場の方とお話したい方へ

群馬県には、大切なお子さまを亡くし、深い悲しみの中にいる方に寄り添う活動をしている団体があります。同じような経験をされた方々が集まり、安心して気持ちを話せる少人数のお話会などを開催しています。

活動団体について

法人名	住所	電話	Fax	リンク先
NPO法人キッズバレイ	〒376-0031 桐生市本町5丁目51番地 東武桐生ビル1階	0277-46-7486	0277-46-7487	グリーフケアネットワークぐんま「このものは」<外部リンク>

ツイート いいね! シェアする LINEで送る

このページに関するお問い合わせ先

生活こども部 児童福祉・青少年課 母子保健係
〒371-8570 前橋市大手町1-1-1
Tel : 027-226-2606

群馬県のHPへ掲載していただきました



医療機関のご協力
必要な方へお渡しいただいています

3年間を終えて

助成1年目は、新型コロナウイルス感染症の影響で、対面での座談会の開催を検討することも多くありました。その半面コロナ禍により、グリーフを抱えながら人とのつながりを持ちにくく孤立している方、また亡くなる方の傍にすることが難しいといった状況でもありました。参加者から寄せられた「このような場があってよかった」「同じような境遇の方とお話したかった」「参加してよかった」そんなあたたかな言葉をいただき、グリーフケアの大切さを再確認した3年間でした。

手探りのなか一步一步、ご協力を得ながら活動してきました。

地域のご協力を得て、活動場所を東毛地域から群馬県全体に拡大し、自治体からのご紹介も増え、つながりに感謝しています。

■3年間での参加者数 座談会・WS参加者 / 174名 講演会 / 約650名

	指標項目	関連する主な重点的な取組	着手前	2020年度 (1年目)	2021年度 (2年目)	2022年度 (3年目)
1	県内4か所(北毛・中毛・西毛・東毛それぞれ)にファンリテーターが存在し座談会等において活動する。 1年目⇒東毛地域 2年目⇒東毛地域、中毛地域 3年目⇒県内4か所	・ケアの場の整備 ・人材の育成	0か所	1か所(東毛地域) 東毛地域で活動し、今期の指標は達成した。	2か所 (東毛、中毛地域) 東毛地域は桐生や太田・中毛地域は前橋で活動し、今期の指標は達成した。	4か所 (東毛、中毛、西毛、北毛) 東毛、中毛地域の他、西毛(高崎・安中)、北毛(沼田)で活動し指標は達成した。
2	身近な人や協力団体から、グリーフの状況にある人に対してグリーフケアにつなぐ。	・リーフレットの設置 ・協力団体を募る 【リーフレット設置数】 1年目⇒ 30か所 2年目⇒ 80か所 3年目⇒ 150か所 【協力団体】 1年目⇒ 5社 2年目⇒ 7社 3年目⇒ 18社	・リーフレット設置数0か所 ・協力団体:2社 問合せ件数:0件	・リーフレット設置数61か所(支店等含む) ・協力団体:4社 ・問合せ件数:8件 リーフレット・チラシを設置したことで、人や協力団体を通して当事者よりお問い合わせがあり、今年度の指標はおおむね達成した。	・リーフレット設置数85か所(支店等含む) ・協力団体:5社 ・問合せ件数:18件 「保健師さんより紹介された」「知人より聞いた」とお問い合わせが多くなり、グリーフケアにつながっている実感がある。今年度の目標は達成した。	・リーフレット設置数120か所(支店等含む) ・協力団体:8社 ・問合せ件数:25件 群馬県のHpへ相談先として掲載いただいた。自治体から紹介いただき、グリーフケアをしている団体という認識が広まり、指標は達成した。
3	「グリーフケア」が言葉として広がり、地域福祉として当たり前になってくる。	・講演会の開催 ・リーフレット制作 ・ホームページ作成	「グリーフケア」という言葉自体まだまだ馴染みがなく、認知度が高いとはいえない。	座談会・WS参加者数:21名 講演会参加者:約100名 「グリーフケア」に関しては、徐々に関心が高まりつつあり、講演会・座談会の様子をメディアに取り上げられたことで一定の認知を得ることができた。	座談会・WS参加者数:55名 講演会参加者:150名 「グリーフケア」を検索して、『ことのは』へご参加して下さる方が多くなった。また、紹介で参加の方も多く、認知度の高まりを感じた。	座談会・WS参加者数:98名 講演会参加者:400名 「ほっとぐんま630」や他メディアに取り上げられたことで、グリーフ・グリーフケアという言葉が知らなかった方への認知度が高まった。ホームページのPVも、上昇した。

活動の気づきと次のステップ

開催してみて、計画通りにいかないこともあると感じました。
取り組み内容を柔軟に変えていく必要性も重要です。
グリーフを抱えるのはご遺族だけでなく、身近な方々も同じです。
お話の場が必要なのはもちろん、支援者同士がゆるやかにつながる場も必要です。助成によって「つくりだせた」場を大切に活動するためには、どうしたらいいのか、今後も考えていきます。

No. 01



専門職の方のグリーフ

関わりの深かった患者さんや、お看取りが続いたときなどもグリーフを抱えます。

No. 02



地域によって

グリーフケアの場に足を運びにくい地域もあります。開催方法の検討の必要性。

No. 03



支援者同士のつながり

グリーフケアについて市民や企業など様々なステークホルダーが連携できる信頼できる組織基盤の必要性。

No. 04



事業の継続

助成を終えても、「細く長く、このような場があったら」との声にこたえたい。賛助会員の拡大。

終わりに



グリーフケアが身近に

普段の生活のなかで、ふと話したいときに話せる場。気持ちが少し元気になったら、いつもの日常に戻る。そんな、身近にグリーフケアがある地域を目指していきます。



こどものグリーフケア

こどもたちの抱えるグリーフ。かなしい気持ちになったときは、「泣いていいんだよ」とお伝えしています。親子でのふれあいを大事にしています。



ことのはサポーター

活動しているほとんどの方は、大切な身近な方を亡くした当事者でもあります。グリーフケアの輪を、広げていけるよう今後も活動していきます。

■ 『ことのは』 立上げ協力団体様 [あすかセレモ 株式会社・有限会社 COCO-LO](#)

この助成により、大切な人を亡くした方々が一人で悲しみを抱え込まずに、グリーフケアのサポートを受けられる仕組みが築かれました。さらに「グリーフケア」が地域に浸透し、かなしみを抱えた方々に声かけできる優しい地域を目指して、3年間の助成事業で築いてきた『ことのは』を今後も丁寧に活動してまいります。今後ともみなさまのご理解とご協力、そしてご支援をどうぞよろしくお願い致します。

2023年（令和5年）8月

NPO法人キッズバレイ

代表理事 星野麻実

桐生市本町5丁目51

東武桐生ビル1階cocotomo
0277-46-7486

web <https://kids-valley.org/index.html>

email contact@kids-valley.org

SNS <https://www.instagram.com/npokidsvalley/>