

団体名	グリーフサポートラル大津
活動テーマ	「つながろう、守ろう、大切ないのち」を合言葉に、大切な人を亡くした方に居場所を提供し寄り添い、遺族の新たな出発を見守り、地域でつながっていくことを目指す。支援者の支援も提供する。

<p>講座（花で表現する）</p> 	<p>会の様子</p> 
<p>講座（大切ないのち、宗教者のお話を聞く）</p> 	<p>アウトリーチ活動（地域の市民活動センターの交流スペースでお話を聞いたり、塗り絵をしたりする）</p> 

<目的等> 支え・支えられて人は生きることができる。人生の中でグリーフを抱えた時、そういう方々に安心して語り合える場所を提供し、悲しみに寄り添い、孤立を防ぎともに生きることを目指す。アウトリーチ活動もすすめる。支援者への情報提供や講座を開催し、学びを深める。

<活動の実施方法、内容>

- ・毎月第4土曜日の定例会
- ・毎月第2木曜日、大津市「明日都」の市民活動センターでのアウトリーチ活動。
- ・年間4回の主に支援者のための講座の開催。「花で表現する」「自死遺族から学ぶ～凧の会おうみ当事者からのお話」「大切ないのち、宗教者のお話を聞く」「身体の息づかい～気や呼吸、身体への気づき」を実施した。
- ・支援者のための研修会への参加、活動を広めるための情報発信。
- ・大津市社会福祉協議会との連携。

<活動で得られた成果>

- ・安心で安全な場の提供と支援者が寄り添うことで、グリーフを抱えている人が気持ちを整理し、周囲とのつながりをつくり、生きる希望を持って巣立っていかれた。
- ・活動を継続し、情報発信することで、孤立を防ぐことができ、支援の重要性を実感した。
- ・アウトリーチ活動でも地域の協力や理解がすすみ、協力も得られた。今後も活動に励みたい。