

2018 年度活動助成 活動実績報告書

団体名	ポコズママの会関西
活動テーマ	流産死産経験者で作るポコズママの会



誰にでも起こりうる「子供を亡くす」という人生最大の悲しみで当事者は精神不安定と身体不調に陥ります。早期からのグリーフケアとして傾聴、共感を丁寧に繰り返すことで、後々に違いが表れ、少しずつ笑顔を取り戻せます。悲しみに蓋をすることなく、正しい関わりを重ねる事が成果に繋がることを当事者やご家族、周りの方々に伝える活動を目指しています。

ポコズママの会関西では、ピアサポート活動として、お話し会“ポコズカフェ”を開催しています。参加者のニーズにより色々な形式で行っています。喪失直後の方は外出が辛く不安と緊張も強い為、お話しがメインの交流の場は難しいと考えられますので、5月にワークショップ付の茶話会を企画しました。セラピー効果があるパステルアートレッスンを先ず楽しみ、心を癒しつつ、分かち合いの茶話会に移りました。お地蔵さんと亡くされたお子さんの名前を描いた色紙を大切に持ち帰られました。

1月には、小さいのちとお別れした多くのママ達の気持ちが救われた『ママさよならありがとう』の作者で胎内記憶の第一人者である産科医の池川明先生を関西に招いて、講演会&ポコズカフェを開催することが出来ました。赤ちゃんがママのお腹にやってきた意味を優しく説明してもらい、多くの参加者の気持ちが癒されました。

ポコズカフェという寄り添いの場を作ることで、家族にも出しにくい、自分の気持ちと涙を安心して表出することができます。もう一つ大きな成果は、「一人じゃないよ…」と、同じ悲しみを抱えた仲間と出会えることです。

回数を重ねることで、コミュニケーションが深まって、仲間同士の結びつきも強くなり、支え合う“ピアサポート”が見られます。年月を経て、赤ちゃんを亡くされたご家族の支えになりたい、何か手伝いたいと考えてくださる方々が増えてきていることも活動の成果と考えられます。