

# “かたらんね”だより



第36号 H28. 6. 2 発行  
(熊本県精神保健福祉センター)

この度の熊本地震におきまして、被災されたみなさまにこころよりお見舞い申し上げます。みなさまがご無事で過ごしておられることを祈るばかりです。

今回は、5月の“かたらんね”に参加された方のメッセージと、スタッフからのご挨拶があります。どうぞ最後までお付き合いください。



## 5月のかたらんね

5月の“かたらんね”には4名の方が参加されました。ゆっくりとしたひとときを共に過ごせましたことを、こころより感謝申し上げます。



息子を自死で亡くすという哀しみを、生きる力に変える喜びを届けられる生き方ができる人になる  
生き方を見つめ、教えられる事が、たくさんありました  
次回を楽しみにしています

前回来られなかったので参加させて頂きました。  
今回参加者は少なかったのですが、色々な話を聞いて良かったです。  
震災後という事もあり人との繋がりを改めて感じました。  
また、今回の地震で被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。まだまだ大変だと思いますが、少しずつ進んで行ければ…と思います。

次回(7月)の“かたらんね”では、いつもの“わかち合い”の時間に加え、“朗読会”を行う予定です。ご参加をお待ちしています。 増永



## スタッフからのメッセージ



こんにちは。この4月に異動で当センターに参りました、保健師の梅崎です。通勤と生活環境が変わって、ようやく馴染んできたところです。センターの周囲は緑がいっぱいで気持ちがいいですね。

先日の「かたらんね」に初めて参加させていただき、皆さまと一緒に過ごさせていただいた時間は、とても大切な時間となりました。お世話になっている周囲の方への感謝の気持ちをもって、自分にも何かできることをこれからお返しできるようにしていきたいと思いました。これからもどうぞよろしく願いいたします。

梅崎



## 今年度の“かたらんね”開催予定



今年度の“かたらんね”と個別相談の開催予定を同封しています  
奇数月は当センター、偶数月は各地域で“かたらんね”を開催いたします  
みなさまにお会いできますことを楽しみにしています

### 次回の“かたらんね”開催予定

**【開催日時】**

7月28日(木) 14時~16時

**【場 所】**

熊本県精神保健福祉センター  
2階 セラピールーム  
(熊本市東区月出3丁目1-120)

※事前予約は不要です。当日会場へお越しください

※個別相談にも応じます(別日、要予約)

**【お問合せ】096-386-1166**

### あとがき

担当の増永です。

今回の震災を経験して、改めて感じたのは、周りの人をねぎらい、感謝の気持ちを持ち、それらを伝えることの大切さです。震災後はストレスも高まり、つい苛立ちや不満を持ちやすくなりますが、それは周囲の人に向けているようで、自分自身が一番返ってくる…。こんな時だからこそ、「おつかれさま」や「ありがとう」を積極的に言葉にできる自分でありたいと、しみじみ感じました。

みなさまどうぞお身体に気をつけてお過ごしください。