

## “かたらんね”だより



第31号 H27. 7. 30 発行  
(熊本県精神保健福祉センター)

ようやく長い梅雨が明けましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。  
今回は、“かたらんね”にご参加の方からのメッセージやイベントのご案内があります。  
どうぞ最後までお付き合いください。



### 人吉でつどい（地域版“かたらんね”）を開催しました



前号でご案内をしたところですが、6月に人吉保健所で今年度第1回目となる地域版“かたらんね”を開催いたしました。お二人の方に初めてご参加いただきました。メッセージをお寄せいただきましたので、ご紹介させていただきます。



今回、初めて参加させていただきました。この会があることは知っていましたが、なかなか勇気がありませんでした。話をするだけで、心強く思いましたし、何か私にも出来ることがあるということを知っていただき、参加してよかったと思います。この会がもっと広がったらいいなと思います。



専門の保健師さんや心理士さんが定期的に人吉市に来てくださっていると知り、うれしかったです。人吉市や球磨地方にも身近な人を亡くされた方はたくさんおられますので、こうやって集まって話し合う活動が広がっていけばと思います。自分も心がくつろげました。

次回の予定は8月27日（木）14時～16時、会場は八代保健所（住所：八代市西片町1660）です。予約は不要です。当日直接会場までお越しください。



### 7月のかたらんね

7月の“かたらんね”には5名の方が参加されました。  
うち4名の方は初めてのご参加でした。  
「会のことは知っていたけど、なかなか来られなかった。  
ようやく来れました」というお言葉がうれしかったです。  
またのご参加をお待ちしています。





## “祈りの集い”のご案内



毎年開催されています“祈りの集い”のご案内をいただきました。開催場所は東京ですが、ご供養だけでもしていただけます。詳しくは同封のチラシをご覧ください。

【主催】曹洞宗総合研究センター 「祈りの集い」実行委員会

【対象】家族や知人を自死でなくした方（宗教・宗派不問）

※供養は曹洞宗の方法によります

【会費】無料

【開催日時】平成27年8月28日（金）または29日（土）

14時00分～15時30分

【会場】東京グランドホテル 5階（東京都港区芝2-5-2）

【申込・問合せ先】電話：03-3454-7170 メール：inori@sotozen.jp

住所：〒105-8544 東京都港区芝2-5-2

## 次回の“かたらんね”開催予定

【開催日時】

9月24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）

【お問合せ先】096-386-1166

## あともぎ

担当の増永です。

早くも夏バテ気味で、あまり食欲がありませんが、みなさまいかがでしょうか。

つつい、冷やし中華やざるそばなど、冷たい麺料理の夕飯になりがちです。

でも、トマトやオクラ、ゴーヤ、なすやきゅうりなどの夏野菜をトッピングしたり、ちょっとしたおかずにして添えるだけでも、気持ちが少し元気になるように思います。

当センターでは、きゅうりのグリーンカーテンが役目を終えつつありますが、これからはゴーヤが頑張ってくれそうです。

どうぞみなさまも暑さをしのぎ、お身体ご自愛ください。