まずは
ここから！

ここからはじめる やさしいまなびの講座

learning

2026年 11月 25日 水

14:00～15:00

心にあいた穴とどう付き合うか
～はじめてのグリーフケアと そんなときにこそ使いたい社会資源～

（先生からのメッセージ）

大切な人を失ったとき、住み慣れた街を離れるとき、大事にしていたものをなくしたとき・・・人生のなかで、私たちはさまざまな喪失を経験します。そして、その喪失体験は身体や心、社会生活などに影響を及ぼすことがあります。喪失によってあいた心の穴とどう付き合っていけばいいのか。この講座では、なくしたものを大切にしながらその後の人生を歩んでいくための手がかりを、みなさんと一緒に探っていきたいと思います。

先生 一般社団法人リヴオン『大切な人を亡くした若者のつどいば』スタッフで精神保健福祉士 **前田 美樹** さん

聞き手 メンタル福祉VTuber **鬱ノ宮 シアン** さん



会場 ゆるリリンク

＼ 申込み不要でどなたでもご参加いただけます！／

詳細・参加は
こちらから

主催・問合せ

名古屋市 健康福祉局 地域共生推進課
tel 052-972-4635
mail a2280-02@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp

ここからはじめるやさしいまなびの講座とは、

気軽に参加できて、ためになる話を聞くことのできる、
月に一度のオンライン講座です。
ぜひ興味のある回に参加してみてくださいね。

ゆるリリンク

今後のスケジュール

schedule

日時	テーマ	先生	聞き手
12月24日(木) 14:00～15:00	なんだか心地のいい 「居場所」の見つけ方	場づくりカレッジ 「えすけーぷ。」 代表 足達 龍彦 さん	メンタル福祉VTuber 鬱ノ宮 シアン さん
1月20日(水) 14:00～15:00	自分を大切にする スキル講座	公認心理師 藤田 真紀子 さん	メンタル福祉VTuber 鬱ノ宮 シアン さん

・会場はいずれも、「ゆるリリンク」広報空間3階イベントスペースで行います。
・申し込みは不要で、講座に興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

