

自死遺族向け連続セミナー

1月17日、名古屋市総合社会福祉会館において、「精神科医療は自死遺族をどのように支えてくれるのか」と題し、板倉義之さんをお招きし、第一回セミナーを行いました。

午前中は、遺族同士の語らいの場である「自死遺族の交流の場」を行い、10数名の遺族の方にお越しいただきました。

セミナーでは、50名ほどの参加者があり、板倉義之さん(医療法人板倉医院 理事長・院長/名古屋市医師会理事)をお招きし、自死遺族に起こりやすい精神障害、精神科医療の現在の状況、そして、遺族に対しどのような治療、対処が可能ななどを、お話いただきました。

お話の中では、遺族は、うつ病、不安障害、PTSD、アルコール依存症などになる可能性があるということでした。遺族自身で医者にかかる必要があるかどうかの判断は難しく、不安がある場合はまず医者にかかることが必要で、診療

科としては、精神科、神経科、心療内科などさまざまある中で、精神科を掲げているところがよいとのことでした。精神科で行われる治療としては、薬物療法と、認知療法など精神(心理)療法があるが、医師(医院)によっては薬物療法しか行っていない場合もあるとのことでした。

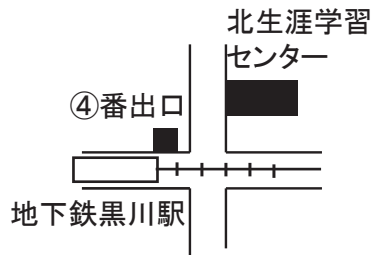
また、参加者の方からのご質問も多く寄せられ、板倉さんにひとつひとつ丁寧にお答えいただきました。

今回のセミナーの内容については、今後、愛知県、名古屋市と共同で、リフレット等にもまとめていく予定です。

次回の遺族会

第38回

2月21日(日)13:15から
名古屋北生涯学習センター
地下鉄名城線「黒川」下車
(4番出口)よりすぐ
参加費:500円



その次は・・・

第39回

4月4日(日)13:15から
名古屋北生涯学習センター

セミナー今後の予定

場所:名古屋市総合社会福祉会館(北区総合庁舎7階)

地下鉄名城線黒川駅下車南へ300m

第2回 2010年2月28日(日)

第3回 2010年3月14日(日)

講演: 10:00-16:00 (12:00-13:00休憩)

「深い悲しみを癒やす...自死遺族のために」
講師: 水澤 都加佐(みずさわ・つかさ) 氏
アスク・ヒューマン・ケア研修相談センター 所長
ヒーリング&リカバリー・インスティテュート 所長

自死遺族向けのグリーフワーク(喪失の深い悲しみを癒やす作業)を、講義とエクササイズを中心とした、セミナー形式で行います。大切な方を亡くされて、6ヶ月から1年以上経過した方を対象として行います。

※第2回のみ、ワークショップ形式のため、事前申し込みが必要
先着順受付。定員100名。

Eメールまたは、往復はがきでお申し込みください。

Eメール: remember_nagoya@yahoo.co.jp

「2/28日セミナー申込」と記入してメールをお送りください。受付番号を返信いたします。

往復はがき:

〒458-8799 名古屋市緑区六田2-43 緑郵便局留め

リメンバー名古屋宛て。「2/28日セミナー申込」と記入して往復はがきをお送りください。受付番号を記入し返信いたします。

セミナーへの思い

遺族の支えになるものは、「分かち合い」だけではないはず。医療、心理、宗教など、異なる方面の講師をお招き

し、何か一つでも心に沿うもの、お考えを深めるものを見つけていただければと願っています。「楽になる」ことには抵

講演: 13:00-15:00

「あなたとわたしをつなぐもの」

講師: 谷山 洋三(たにやま・ようぞう) 氏

聖トマス大学准教授・日本グリーフケア研究所主任研究員。
東北大学大学院文学研究科博士後期課程修了。博士(文学)。
日本スピリチュアルケア学会理事・事務局長。仏教看護・ビハラー学会理事。
日本仏教社会福祉学会理事。日本死の臨床研究会世話人。
臨床スピリチュアルケア協会事務局長。真宗大谷派僧侶。元・長岡西病院ビハラー僧。
専門は、臨床死生学、仏教福祉学。

スピリチュアルケア、宗教的ケアという視点から、愛する亡き人との関係を見つめなおす機会になればと思います。

●午前企画: 自死遺族の交流の場 10:30-12:00

自死遺族だけの語らいの場を設けます。

こちらは自死遺族の方のみ参加可能です。

事前申し込みは不要です。

●カフェ・展示コーナー 12:00-16:00

カフェコーナー・パネル展示等を行います。

ゆっくりおくつろぎください。

抗があるかもしれませんが、しっかり受け止め、しっかりと考えるためにも、お役にたてるものであればと思います。(KN)

冊子「自死遺族の手紙」原稿追加募集

自死で亡くなった大切な方への手紙、あの時の自分への手紙、これからの自分への手紙、など、今の思いを、手紙にしたためてみませんか。

※12/20の遺族会で原稿をお渡しいただいた「ちい」さん。会までご連絡ください。

リメンバー名古屋自死遺族の会の設立6周年企画として、冊子を発行しますその日のこと、今の思い、大切な人との関わり……。

思い出して、それを言葉にし、書くということは、ときにつらく、苦しい作業であるかと思えます。

どうぞ、ご無理のない範囲でお書きください。

■寄稿期限・・・2010年6月30日

■内容・・・「手紙」形式にて、思いをお寄せください。

※「手紙」以外の、手記、詩、短歌などの応募もご相談ください。

※掲載にあたり、内容、表現についてご相談させていただく場合があります。

■掲載について・・・冊子全体の趣旨などを考慮し、当会の判断により、必ずしも寄稿いただいたすべてを掲載できない場合があります。あらかじめご了承ください。

■字数・・・字数制限は特に設けませんが、長い場合調整をお願いする場合があります。

■寄稿方法・・・できれば、ワープロファイルでお送りください。手書きでも結構です。

メール送付または、手書きの場合は、遺族会に持参していただくか、郵送してください。今後、ご連絡させていただく必要があるため、ご住所・お名前・電話番号・メールアドレスを必ずお知らせください。(情報の秘密は厳守いたします)

■掲載時のお名前等・・・匿名、ペンネームで結構です。どのように掲載するかご指定ください。

■冊子の配布など・・・遺族会、公共の場所、民間会社など、幅広く不特定多数に、無償、あるいは、原価程度を基本とした有償にて配布する場合があります。

■二次利用など・・・各文章の著作権は作者の方に属し、許可なく二次利用はいたしません。

新聞、ホームページなど、他媒体での引用依頼等があった場合は、都度作者の方に確認させていただきます。

■発行時期・・・2010年8月ごろを予定ただし、寄稿数によっては延期、中止する場合があります。

■発行部数・・・1000冊程を予定していますが増減する場合があります。

■その他・・・応募原稿は返却いたしません。

第11回春の遠足

4月中旬の日曜日に、恒例の春の遠足を予定しています。近くなりましたら詳細をお伝えします。

日頃遺族会でお会いする皆様と、ゆっくと一緒に時間を過ごしましょう。ぜひご参加ください。

「葬儀に関わる方への遺族会からのお願い」ご意見募集

スタッフの鷹見です。葬祭業総合展示会という、葬儀業界向けの展示会のセミナー会場で、「葬儀に関わる皆様へ、遺族会からのお願い」というテーマでお話させていただけることになりました。

どんなことが遺族を苦しめているのか、どうしてほしいか、遺族会の声として、葬儀に関わる方々をお願いをしてきたいと思います。

★極限状態の遺族を立てて挨拶させる「立礼挨拶」という慣習をなくしてほしい

★状況が落ち着いてから葬儀が行えるように、火葬までの日にちを長めにとってほしい

というお願いをメインにお話してくる予定ですが、そのほかにも、葬儀社や宗教者の方に向けて伝えたいことがありましたら、3月末までにリメンバー名古屋の事務局までお送りください。集約して伝えてきます。

セミナータイトル「死別直後・通夜・葬儀におけるグリーフサポート／葬儀に関わる皆様へ、遺族会からのお願い」

【内容】

- ①遺族を苦しめているもの
- ②実際の施行でお願いしたいこと
- ③アナウンス・音についてのお願い

※葬儀社向けのセミナーなので、一般の方は受講できません。

リメンバー文庫



リメンバー文庫では、遺族の方向けの書籍を集め、遺族会の時などに貸し出しを行っています。今後この紙面でも、書籍の紹介を行っていきます。今回は、文庫担当からのご挨拶です。

本にはさまざまな役割があると思いませんか？ツールとして、教養を深めるものとして、また、癒しとして。

リメンバー文庫は、参加者の方々の「本を見に来ただけで癒される。」という声から始まりました。参加者の皆様の心が、そして我々スタッフの心が嵐に翻弄される船から、風いだ小波のように穏やかなものとなるようにと。

リメンバー文庫は、今では子供向けの絵本から専門の学術書まで揃っています。その一冊一冊が皆様の心の琴線に触れ、何かしらの役割を担ってほしいと

思いながら選定してきました。いろいろなジャンルの本があります。お時間に余裕があれば、どうぞ本のコーナーにお立ち寄りください。そして、心の琴線に触れる本があれば手にとって読んでみてください。また、本のクエストや、感想文などもお待ちしております。今後のリメンバー文庫の選定に皆様の声を反映して、いっそう充実したものにしていきたいと思っております。

リメンバー文庫私設司書 A. S

ご寄付

土岐市K.Aさま 4千円(切手)

東京都Hさま 2万円

鈴鹿市Sさま 1万円

ありがとうございます。大切に使用させていただきます。

スタッフ募集

遺族会に参加したことがある方で、会の活動のお手伝いをいただける方募集しています。

詳しくはお問い合わせください。

りめんぱー

リメンバー新聞リニューアルしました。これから、ますます充実した紙面を作りたいと思っています(がんばります)。みなさまどうぞよろしくお願ひします。(KN)