

「リメンバーin岡崎」のご報告

2010年12月5日、岡崎市「げんき館」にて、「リメンバー名古屋自死遺族の会in岡崎」を行いました。

「自殺した子どもの親たち」の著者であり、ちいさな風の会の世話人でもある若林一美さんに、「gift of tearsー悲しみの共有」というタイトルで、自死遺族当事者向けのご講演をいただきました。若林さんの穏やかな語り口は、講演そのものが分かち合いのような、やさしい時間でした。

また、今回、はじめて三河地区で開催したこともあり、これまで距離的に参加しづらいと感じていた方々の、遺族会参加のきっかけにもなったように思います。

年を経ることによって、悲しみの容積が変わる、悲しみの器そのものが変わっていく、というお話が印象的でした。

自分たちのための講演会、これからもやっていきたいなと思いました。



自死遺族の相談窓口

保存版

愛知県、名古屋市をはじめ、行政、および民間で自死遺族相談を行っているところをご紹介します。おつらい時など、お役に立つかもしれません。

面接による自死遺族相談

○愛知県精神保健福祉センター
(愛知県内で名古屋市以外にお住まいの方)・

要予約 052-962-5377

○名古屋市精神保健福祉センター
こらぼ(名古屋市内にお住まいの方)

要予約 052-483-2095

電話相談

○あいちこころほっとライン365

愛知県精神保健福祉センター

年中無休 9:00~16:30

052-951-2881

※自死遺族だけでなく、幅広い心の相談

○自死遺族のための電話相談

NPO法人グリーンケア・サポートプラザ(民間)

火・木・土 10:00~18:00

03-3796-5453

○自死遺族ライン

社団法人日本臨床心理士会(民間)

毎週水(年末年始を除く)

19:00~21:00

03-3813-9970

愛知県、名古屋市以外でも相談窓口があります。

まずは、都道府県の子死遺族福祉センター、あるいは、お近くの保健所にご相談ください。

三重県こころの健康センター

059-223-5245 平日午後1時~午後4時

岐阜県精神保健福祉センター

058-273-1111

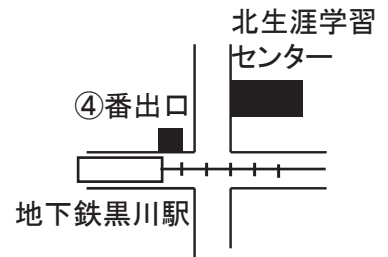
※2010年12月15日現在の情報です。今後変更になる場合があります。

次回の遺族会

第43回

12月19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44回

2月27日(日)北生涯学習センター
です。

望年会は 12月19日です

12月19日の遺族会終了後、「望年会」(食事会)を行います。

「忘」年会という忘れるための会ではないということで、「望」という字をあてています。

リメンバー名古屋遺族会に参加されたことのある方であれば、ご参加いただけます。一応12日までのお申込みをお願いしていましたが、実は当日のお申込みも大丈夫なよう、少しだけ余裕を持たせています。当日のご気分でも結構です。よろしければご参加ください。

日時:12月19日 17時ごろから
場所:地下鉄黒川駅近く。居酒屋。
会費:3,000円程度を予定(費用は前後します)

秋の遠足、行ってきました。

第12回秋の遠足は、11月21日に名古屋港水族館に行ってきました。それまで寒い日が続いていたのですが、この日は穏やかな小春日和になりました。

13名の方にご参加いただき、名古屋港水族館に行ってきました。

まずはお昼ご飯。ついつい話し込んでしまい、水族館に来たことを忘れてしまいました。意を決して、いざ水族館へ。

イルカに力を入れているんですね、名古屋港水族館は。イルカたちは何を思って暮らしているんだろうと、ついつい想像してしまいます。

その後、お時間のある方だけで、また喫茶店へ。

遠足は、いつもとは違った場所で、違

った雰囲気、ゆっくりと話す。そんな場所です。また春の遠足に行きましょう。



りめんぼー

寒くなりました。12月はいかがお過ごしでしょうか。

街にはイルミネーションがあふれ、クリスマスになり、年賀状を書き、そしてお正月がやってきます。カップル、家族、親戚、友人……人々が「幸せ」を確認し合おうとする時期でもあります。しかし、そのことは、一緒に過ごすはずだった人を失ったものには、とてもつらい時期にもなります。12月、そしてお正月なんて大嫌いという方も多いのではないのでしょうか。

親戚など久しぶりの人の集まりなどでは、決まってこんなことを聞かれます。

「子どもは?」「結婚は?」……。

とても軽く発せられたその質問に、あまりに重い回答を叫ぼうとして、それを心の中で押し殺していることがあります。

外に出ないようにしても、家の中に足りない人がいるのをより強く意識させられる日かもしれません。

世間と少し距離を置き、お正月を意識せず、いつもの月と同じく、曜日の生活パターンのまま暮らしていく。ここ数年はそんな過ごし方をしています。

それでも、死んだ妻に好きだったお餅だけは供えようと思います。その瞬間だけが、ささやかなお正月です。(KN)

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。今回は、文庫の中から「モリー先生との火曜日」を紹介させていただきます。

今回、皆様に紹介したく取り上げる本は『モリー先生との火曜日』です。この本は、病床にある恩師の最後の講義を受けた卒業生の最終論文です。そして、全米で最も読まれているノンフィクションのひとつでもあります。

故モリー＝シュワルツ氏は、かつてアメリカ合衆国マサチューセッツ州のブランドアイズ大学で社会学の教鞭をとっていました。この本の著者ミッチ＝アルボムは、モリーの卒業生の一人で、ある日偶然テレビで大学時代の恩師の姿を見かけます。そして16年ぶりの再会。かつての恩師は、難病ALS(筋萎縮性側索硬化症)に侵されていました。しかし、モリーは動かなくなった体で人とふれあうことを楽しみ、自分は幸せだということです。そして著者ミッチにこう言います「憐れむより、君が抱えている問題を話してくれないか」モリーは、著者に毎週火曜日を講義の日としました。死の床で行われる授業に教科書はありません。テーマは「人生の意味」について。

モリーの生涯を少しだけ追うと、父親はユダヤ系ロシア移民で、軍隊に入るのを逃れてアメリカへ渡ったものの、職にあふれ、家庭は福祉の世話になっていました。8歳のときに実母が亡くなり、死亡通知の電報を英語がわからない父親に伝えなければならず、その後父親

が再婚するも、父親から実母の話を禁じられます。モリーの結婚後、父親は強盗に襲われ、逃げはしましたが心臓発作で死亡し、死体保管所で対面をします。モリー自身も人間の逃れられない悲しみを骨身に知っていたのです。だからこそ、死を目の前にして、自分を憐れむことせず、ひたすらに人生を語り、こころの通い合いを大切に、愛を教えられたのだと思います。

「どう死ぬかを学ぶことは、どう生きるかを学ぶことでもある」この本は、一人の老教授の人生のエッセンスがあまるところなくちりばめてあります。そのなかには故人を想う私達の心、故人の心を代弁してくれているように感じる、そんな本です。自死という断絶により絶望の淵に立たされ、闇の深淵を見つめねばならない私たちの生きるヒントになればと思います、今回のリメンバー文庫の紹介として取り上げました。(A. S)

普及版 モリー先生との火曜日 [単行本]
ミッチ・アルボム (著), 別宮 貞徳 (翻訳)
¥ 998
NHK出版

ご寄付

石川県のTさんより、5千円ご寄付をいただきました。ありがとうございます。大切にに使わせていただきます。

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。