

リメンバー新聞

92号

2018年8月19日

編集・発行
リメンバー名古屋自死遺族の会
http://will.obi.ne.jp/remember/remember_nagoya@yahoo.co.jp
FAX:020-4668-8925
郵便:〒612-8799
京都府京都市伏見区撞木町1148
伏見郵便局留 リメンバー名古屋

11月18日 「リメンバーin岡崎」を開催

今年度も、岡崎市において「わかちあいの会」を開催することが決まりました。

2010年12月に始めた岡崎市での自死遺族の「分かちあいの会」は、今回で9回目となりました。愛知県東部にお住まいの方からは、名古屋は遠方で行きづらいというお声を聞いています。また、近隣での開催がないことで、自死遺族の「分かちあいの会」というものの存在をご存じない方も多くいらっしゃるのではないかと思います。今回の岡崎の場が、少しでも遺族の方の支えの場になることを願っています。

日時 2018年11月18日(日) 13:15-16:00

場所 岡崎げんき館 愛知県岡崎市若宮町2丁目1-1

内容 「自死遺族の分かちあいの会」
対象：自死遺族の方限定

2019年1月13日 「ミネハハさんコンサート」を開催

今年度「愛知県地域自殺対策強化事業費補助金事業」のひとつとして、「ミネハハ」さんのコンサートを開催することとなりました。これまで、講演会等は何度か行ってきましたが、音楽系のもものは初めての開催となります。

遺族向けの内容をもちこんだものにする予定ですが、詳細はまだ決まっておりません。日程、場所は以下になりました。今後、詳細が決まり次第、お知らせします。

日時 2019年1月13日(日)

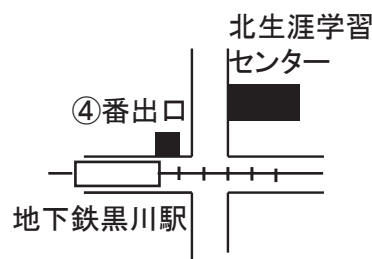
場所 東建ホール
地下鉄桜通線・鶴舞線「丸の内」駅下車1番出口よりすぐ

ミネハハさん 公式ホームページ
<http://minehaha.com/>

次回の遺族会

第89回

8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90回 2018年10月21日(日)
北生涯学習センター
受付は美術室(予定)です。

日程は、ホームページまたは、電話案内でご確認いただけます。
パソコンの方
<http://will.obi.ne.jp/remember/>
携帯電話の方
<http://www.will.obi.ne.jp/m/>
電話案内(録音でのご案内)
090-8544-9408

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。

新聞郵送をご希望の方へ

1月～6月末までのお申し込み(前期)・・・1000円 もしくは 82円切手(80円切手も可)13枚

7月～12月末までのお申し込み(後期)・・・500円 もしくは 82円切手(80円切手も可)7枚

お申込みは、郵便番号・住所・氏名を記入の上ご送金いただくか、切手をご郵送ください。遺族会の当日、受付でお支払いいただいても結構です。

自死遺族の会スタッフ/ファシリテーター養成講座 を開催します —10月21日午前—

10月の遺族会の午前中に、ファシリテーター養成講座を開催します。分かち合いの会に複数回参加したことがある方で、会の運営をお手伝いいただける方は、ぜひご参加くださいませ。

リメンバー名古屋自死遺族の会は、2003年12月に設立して、今年で15年目になります。毎偶数月に開催することをお約束し、実際に開催し続けてきました。しかし、スタッフの転居・就職・状況の変化などにより、ここ数年、スタッフが不足がちでした。参加者有志の皆さまのサポートによって、なんとか開催をつづけてきましたが、今本当にスタッフが足りない状況になっています。

リメンバー名古屋のわかちあいは、「わかちあいの約束」（という紙）をもとに進行しています。専門的な知識やスキルが無くても、どなたでも進行できるやり方にしてありますので、少しでも関心のある方は、ぜひご参加くださいませ。

なお、運営方法は15年前の設立時からほぼ変更しておりませんので、以前スタッフをして下さっていた方（リメンバー名古屋の運営方法を知っている方）で、運営をお手伝いくださる方も、ぜひご連絡をお待ちしております。

※内容は6月10日に行ったものと同じです。

【日時】10月21日(日)名古屋市北生涯学習センター 第三集会室

10:30~12:00 ファシリテーター養成講座

12:00~13:00 昼食をとりながら、午後の役割分担と準備

【参加要件】

自死遺族の会に複数回参加したことがある方

※死別後、日の浅い当事者の方が、いきなりスタッフとして参加されますと、とてもしんどくなれるようですので、ご自分の心情を何度か人に話したことがある方のみとさせていただきます。

他団体主催・講演会のご案内 —8月21日—

他団体主催のものですが、講演会のご案内です。以下、案内の文書を転載します。

9月は子どもの自死（自殺）がもっと多い時期。毎年、警察庁の発表を見る度に、私たち子どもと関わる大人には何ができるのだろうか、子どもたちの中には、今も生きづらさを抱えなが必死に生きている子がどれほどいるのだろうかと考えます。私たち大人が、自死で亡くなる子どもたちがこんなにもたくさんいるということ、その周りには多くのグリーフを抱える人たちがいるという現実を目を背けず、知って、気づいて、行動することが必要だと思います。

講師：尾角光美さん 一般社団法人リヴオン代表 国際比較社会政策学 修士

会場：名古屋国際センター 4階 第1研修室 研修室

日時：2018年8月21日(火)18:15 開場 18:30 開始 20:30 終了

対象：どなたでも

（子ども・グリーフケア・セルフケア・いのち授業・自死・社会起業家などに興味のある方）

参加費：大人 2,000 円 学生 500 円

定員：50名

申込：①~③をメールで griefsaichi@gmail.comにお送りください。

①氏名 ②年齢 ③所属・職業等

締切：8月20日（月）※空席があれば当日参加も可能です。

主催：グリーフサポートを広げる活動実行委員会（代表 野々山尚志）

共催：グリーフサポートあいちこどもの森 設立準備会、リングA（たんぽのつどい実行委員会）

〇〇 近隣の遺族会のご案内

次回「ディアレスト」のご案内

家族ではないけれども大切な人を自死で亡くされた方を対象に、2ヶ月に1回、遺族会「ディアレスト (Dearest)」が開催されています。

日時：2018年9月30日 (日)

場所：名古屋市中村生涯学習センター

地下鉄東山線「本陣」駅4番出口より徒歩5分

対象：家族以外の大切な人(恋人・婚約者・パートナー・親友・同僚・上司・部下・先輩・後輩・先生・生徒、など)を自死(自殺)で亡くされた方

参加費：500円

連絡先：the.dearest1@gmail.com

<http://dearest.heya.jp>

次回「～こころの居場所～AICHI自死遺族支援室」のご案内

以下のように開催されます。詳しくはホームページ等をご覧ください。

日時：2018年9月22日(土)

14:00～16:00 (開場 13:45)

場所：名古屋市市政資料館 第3集会室
(地下鉄名城線「市役所駅」2番出口)

参加費：500円

連絡先：cocoroibasyo@yahoo.co.jp

090-4447-1840

※電話での問い合わせは開催日が
近くなってから

<http://cocoroibasyo.org/>

「いっぷく処」のご案内

さまざまな宗派の僧侶の方が集った「いのちに向き合う宗教者の会」により、第21回「いっぷく処」が開催されます。

～「いっぷく処」とは～

大切な人を自死で亡くされた方が集い、それぞれのお気持ち、それぞれの想いをお互いに語り、お互いに聞きあう、温かい、わかちあいの場のことです。

(主催者文書より)

日時：2018年10月2日(水)

14:30-17:00 (14:00受付開始)

場所：真宗大谷派名古屋別院(東別院)
本堂下広間

地下鉄名城線「東別院」下車

参加費：無料

申し込み：不要

対象：大切な方を自死で亡くされた方

主催：いのちに向き合う宗教者の会

連絡先：info@inochi.in

<http://inochi.in/>

その他、近隣の自死遺族のわかち合いの会

岐阜「千の風の会」… 問い合わせ：岐阜県精神保健福祉センター 058-231-9774

浜松「浜松わかちあいの会」… 問い合わせ：浜松市精神保健福祉センター 053-457-2709

その他、全国に自死遺族の分かち合いの会があります。

詳しくはお問合せください。



自死遺族向け面接相談（無料）

○愛知県精神保健福祉センター

要予約 052-962-5377 毎月第3木曜日 午後2時-3時30分

○名古屋市精神保健福祉センターこころば

要予約 052-483-2095 毎月第3火曜日 午前10時-12時

電話相談のご案内

自死遺族に限らない、幅広い窓口です。

○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 毎日 9:00~16:30 052-951-2881

○名古屋市こころの健康電話相談

名古屋市精神保健福祉センターこころば 月-金 12:45~16:45
052-483-2215

各都道府県、政令指定都市（名古屋市、浜松市、静岡市等）には、精神保健福祉センターが必ず設置されています。精神的なお悩みがある場合、まずは、お住まいの地域の精神保健福祉センターにご相談されるとお役に立つ場合があります。

民間の電話相談

○NPO法人グリーンケアサポートプラザ

自死遺族傾聴電話

火曜日、木曜日、土曜日 10:00-18:00 03-3796-5453

○社団法人日本臨床心理士会

心理的な相談（自死遺族に限ったものではありません）

祝日を除く、金曜日 9:00-12:00

祝日を除く、毎週月-金曜日 19:00-21:00

03-3813-9990

法的なことでの相談

●全国自死遺族法律相談ホットライン

弁護団の弁護士が直接対応致します

電話番号 050-3786-1980

受付時間 毎週水曜日（祝日を除く）

12時から15時まで

自死遺族支援弁護団 <http://www.jishiizoku-law.org/>

●日本司法支援センター「法テラス」

「法テラス」は国が設置した公的な法人です。

法テラス愛知 050-3383-5460

法テラス三河 050-3383-5465

※平日9:00-16:00

りめんばー

8月16日は京都の五山の送り火でした。以前住んでいた家からは見たので、毎年必ず見ていました。そこから引っ越して5年、送り火は新聞、ニュースで見ただけとなってしまいました。

送り火によって、本当に亡くなった人の霊が送られていくと思えるかどうかは、ひとそれぞれかもしれません。大雨などで送り火が中止になったら霊はどうなるのか、送り火のない地域ではどうなるのか、などと理屈をこねだすと疑問が湧いてきます。

8月になり命日が近づくと、その日のことがまざまざと蘇ってきます。その日までのこと、その場面、亡くなった者の顔、声……。それは亡くなった者、共に過ごした時間をもう一度、自分の心の中で蘇らせることでもあります。蘇り、心の中にどっと居座ったそれらのものと命日を過ごした後、16日の送り火で送り出すというのが、以前まで毎年してきたことだったように、今は思います。送り火を見なくなったこの5年ほどは、送り出す機会を見失っていたのかもしれませんが。

気象庁は「災害レベルの暑さ」と表現した今年の夏。昨日今日と少しだけ涼しくなり、夜風が気持ちよく感じます。送り火では送れなくても、猛暑の終わりと共に、命日の夏は終わり、そっと送り出していくのでしょうか。（KN）