

2023年2月の遺族会は会場が異なります

2023年2月に開催予定の遺族会は、いつも使っている「北生涯学習センター」が改装で使用できないため、別の場所で開催します。12月7日以降には決まります。

今のところ、名古屋市**中村**生涯学習センター（地下鉄東山線「本陣」下車）を予定しています。

ホームページ、電話案内でご確認の上お越してください。

4月以降はまた、北生涯学習センターの予定です。

自死遺族によるネット座談会

「スーカフェラジオ」のご案内

他団体からのご案内です。

「スーカフェラジオ」として、自死遺族によるネット上での座談会が行われます。詳しくはホームページをご覧ください。

日時：2022年12月10日（土）14：00～15：00

※原則 偶数月の土曜日 14:00-15:00

主催：スーカフェ名古屋

<http://gatekeeper.jp/griefsupport/sucafenagoya/>

※Zoomでの開催です。ホームページにあるリンクよりお入りください。

各種相談先のご案内

行政、民間で、自死の遺族向けに相談を行っているところがいくつかあります。また、「こんな相談先はないでしょうか？」など、ご不明なことがあれば、会のスタッフにお尋ねください。

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ちら

要予約 052-483-2095

毎月第3火曜日 午前10時-12時

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

電話番号：050-5526-1044

受付時間：毎週水曜日（祝日を除く）12時から15時まで

自死遺族支援弁護士

<http://www.jishiizoku-law.org/>

-感染への不安を減らすため、ご協力をお願いします-

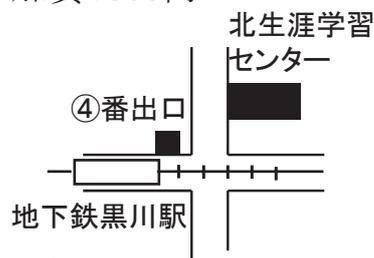
- ・アルコールでの手の消毒など（アルコールは準備します）。
- ・マスクをお願いします（予備は受付で準備します）。
- ・トーキングスティック（話す人が合図として持つもの）を使わない形で行います。
- ・大きめの輪か、できるだけ弧に近い形にします。
- ・お茶など飲み物は各自ご持参ください。

次回の遺族会

第113回

12月4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114回 2023年2月
名古屋中村生涯学習センターを予定しています。

会場、日程は12月7日以降に決まります。

※2023年2月は、会場が異なります。

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

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

7月～12月末までのお申し込み（後期）…500円

詳しくはスタッフまで

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。

近隣の遺族会のご案内

以下中止・延期の場合もありますので、直前にご確認の上、お出かけください。

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、遺族会「ディアレスト (Dearest)」が開催されています。今回はオンライン (Zoom) での開催です。

日時：2023年1月22日 (日) 14:00 - 15:30

対象：家族以外の人 (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

連絡先：the.dearest1@gmail.com

<http://dearest.heya.jp>

※当日までに、参加ご希望の旨を上記連絡先アドレスにお知らせください。開催前日頃までに、Zoom会議室IDとパスワード、URLをお知らせします。

匿名でのご参加でも構いません。また、ビデオOffでも大丈夫です。

「~こころの居場所~AICHI自死遺族支援室」のご案内

今回の自死遺族の分かち合いの会などの日程は、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

連絡先：cocoroibasyo@yahoo.co.jp

090-4447-1840 <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」による、自死遺族のわかちあいの場として「いっぷく処」があります。

次回日程など詳細は下記までお問い合わせください。

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

三重「わかちあいの会」・・・

問い合わせ：三重県こころの健康センター
059-253-7821

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。

りめんばん

我が家には8年ほど前から1匹の猫がいます。臆病なところがあるのでしょうか、家に来て数年間は、隠れてばかりいました。でも、ここ数年で、やっとなのですが、一緒に寝るほどの距離感となりました。

猫の鳴き声は、単純な音ではなく、実はとても豊かな表情を見せます。その奥には、きっと豊かな感情、伝えたい思いがあるのでしょう。

「おなかすいた」「撫でて」「眠たい」「気持ちいい」「うるさい」……。

もしかすると猫同士では理解できているかもしれませんが、残念ながら、人間はその思いを想像するしかありません。猫にとっても、伝わらないことにじれったさを感じているかもしれません。鳴き声だけでなく、表情、しぐさ、すべてからその気持ちを必死に想像し、「どうしたの?」と話しかけながら、いろいろ試してみて、相手が満たされた顔をするとほっとする、そんなコミュニケーションが繰り返されます。

人間には言葉があり、言葉を用いて、さまざまに気持ちを伝えようとします。でも、言葉があるからといって、すべての気持ちが相手に伝わるというわけでもありません。

「つらい」「悲しい」と、ひとこと言ったところで、その言葉に至った、その言葉に託した膨大な思いは、なかなか伝えられません。受け取る側も、発せられた「つらい」「悲しい」の思いを受け止め、理解するのは、簡単なことではありません。

言葉があることは便利な反面、ともすると上辺だけのやりとりになり、物足りなさ、じれったさ、時には誤解を生むこともあります。ネット上の短いメールなどのやりとりが、誤解を生みやすいのもうなずけます。

顔をあわせて、膝を突き合わせて思いを伝え、全身から必死に受け取ろうとすることで、少しだけ言葉を越えた部分で伝わることもあるのかもしれません。遺族会の「わかちあい」も、そんな場なのでしょう。

猫の鳴き声に心えいろいろしたとしても、きっと本当の思いは叶えられていないように思います。それでも、こちらがちゃんと思いを受け取ろうとしていることだけは、少しは伝わっているのではないかと思います。それが理解への入り口ではなく、限界だとしても、この場が猫にとって居心地のよいものになってきていると、寝顔を見て思い込むようにしています。人間のコミュニケーションもきっと似たものなのでしょう。(KN)