

11月
17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」を下記のように開催します。2010年度から毎年行い、今回で15回目となります。よろしければご参加ください。

- 日時** 2024年11月17日(日)
13:15 - 16:00 (13:00受付開始)
- 場所** 岡崎げんき館 愛知県岡崎市若宮町2丁目1-1
名鉄東岡崎駅より名鉄バス
- 内容** 「自死遺族の分かち合いの会」
対象：自死遺族の方限定
- 申し込み** 事前申し込みは不要です。
- 参加費** 無料 (愛知県地域自殺対策強化事業費補助金事業)

12月22日遺族会終了後「望年会」のご案内

12月22日遺族会終了後、食事会(居酒屋にて)を行う予定です。遺族会に参加したことのある方ならどなたでもご参加いただけます。ご参加の方は1週間前ぐらいまでにお知らせいただけると助かります。当日参加も歓迎します。

※「リメンバー」=「忘れない」会ですので、「忘」の字を使わずに「望」としています。

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ば
要予約 052-483-2095
毎月第3火曜日 午前10時-12時

LINE通話相談

- ONPO法人グリーンプラザ ともに
LINE ID: @700tgyoc
毎月第2,第4火曜日 21:30-翌1:00

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/>

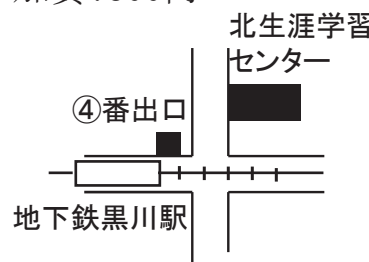
傾聴電話

- ONPO法人グリーンケアサポートプラザ
電話番号: 03-3796-5453
火、木、土 12:00-16:00

次回の遺族会

第124回

10月20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125回

12月22日(日)13:15から
名古屋北生涯学習センター

日程は、ホームページ、Twitter、または、電話案内でご確認いただけます。

- ホームページ
<https://remember-nagoya.org/>
- X(Twitter) アカウント
@remember_nagoya
- 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。

追悼

リメンバー名古屋の黎明期を支えてくださった梁勝則（りゃんすんち）さんについて、前回までの追悼記事できれいなことばかり書きましたが、梁さんとの思い出の中には、絶対に思い出したくないような出来事もあり、そのことを書かないのもなんだか嘘っぽいなと思い、もう一度、梁さんのことを書くことにします。今回3回目の連載です。前回までの記事については、128号にまとめていますのでご覧ください。

私は、梁さんと、面と向かって喧嘩をしたことは無いのですが、メールで大喧嘩をしたことがあります。文章だけでこれほどまでに人を追い詰める人に、私は後にも先にも、梁さん以外、出会ったことはありません。何時間もかけて反論の文章を練って、送信ボタンを押しても、ものの数分で、すべての逃げ道をふさぐような返信が返ってきます。それが、一日ではなく、何日も続くのです。眠剤を服用しても眠れないほど、私はこてんぱんにやっつけられてしまいました。そのやりとりの最中、何かのタイミングで電話をしたとき、梁さんは、「どうしてあんなことを言ったんだ…！」と私にしぼるような涙声で言いました。それでも、梁さんは私をやっつける手を緩めることはありませんでした。梁さんの中には、ご自分を一度でも攻撃した相手は最後まで叩きのめす、というプログラムがセットされてしまっていて、停止ボタンが作られていないようなのでした。

スタッフ連絡用のメーリングリストの中でも、よく炎上がおこり、善意でスタッフとして参加してくれていた何人もの方が、梁さんとのやりとりの末、離れていきました。遺族当事者のスタッフさえも、です。

このままでは誰も居なくなってしまう、と感じたとき、一度、私は私なりの動きをとりました。その後、梁さんと、なんとなく距離ができたように感じました。リメンバー名古屋も自律的に動き出し、そのうち報告のメールもしなくなり、梁さんも知らない間にアドレスを変えておられて、恩を忘れたようで後ろめたくもありません。考えることを避けて10年以上の月日が経ちました。

抽象的な書き方でよくわからなくてすみません、嫌な思い出すぎて、詳細を思い出せないのです。完全に、私には、自己防衛機能が働いているのですね（だから私は、親があんな死に方をして、生きてこれたのかもしれない、思い出せなくなることによ

て。リメンバーのコンセプトの逆、を、実は地で見ているのですね）。

しかしながら、リメンバー名古屋という組織が、今日まで続いてこれていることを鑑みると、ボランティア組織の初期の基盤づくりというか、梁さんなりのノウハウがあって、梁さん流のやり方で、よいと思う形を作ってくださっていたのかもしれないなあと思うことがあります。ボランティア組織の運営は、一般的には難しいものなのだと思いますが、おかげさまでリメンバー名古屋の初期からのメンバーは、怖かった梁さんとのやりとりを経ても、なんともなかった人たちが…ちょっとやそっとのことでは、組織の礎の部分には、ぐらつくことはありません。

梁さんとはその後、2019年のリメンバー福岡主催の研修会で再会しました。梁さんとの関係は、修復できていたのか、できていなかったのか、時間が経ちすぎて分からなくなっていました。私は、再会するなり、梁さんに、「このメガネのおばさん、誰？」とニコニコ言われました。「不幸な若いネーちゃん」が、ずいぶん変化した、ということなのでしょう。時間さえ経てば、ひとりでの解決することもあったのです。どちらかが折れたり謝ったりしなくても。しかし梁さんも覚えておられたようで、講演の中で、「僕が怒ったらどうなるか、Tクン、よく知っているでしょう？」とこちらを向かれたときがありました。ニコニコ言うんじゃねーよ、と心の中で悪態をつきながら、私も笑顔で応答しました。私は10年前に梁さんに借りた本を返しました。研修を終えて帰宅すると、翌日、梁さんからまた別の本が送られてきました。

8月11日に行った梁さんを偲ぶ会は、南海トラフの注意報のために、来られなくなった方が多くいらっしやり少人数でしたが、リメンバー神戸・福岡・名古屋のメンバーが一堂に会しました。リメンバー神戸は、梁さんが亡くなられ、スタッフ不在となりましたが、話し合いの結果、とりあえず「休会」という形をとられることになりました。気負わずに、気が向いたら顔のわかる者同士で、オフ会をやってみたりされるのだと思います。

偲ぶ会の会場となった「こうべまちづくり会館」は、どこが受け付けなのか、その目の前に行っても発見できないようなカオスで不思議な空間で、震災後のまちづくり活動の象徴のような施設なのかなと感じました。その会場を、梁さんは、好んでよく使用されていたとのこと。

第31回 日本ホスピス・在宅ケア研究会 全国大会 in 淡路島

リメンバー名古屋は、立ち上げ時、梁さんが主体として関わっておられた「日本ホスピス在宅ケア研究会」を母体としてスタートしました。その全国大会が間もなく開かれます。

日にち：10月26日（土）27日（日）

場所：淡路夢舞台国際会議場

現在、自死遺族ケア部会はありませんが、グリーンケア部会や、梁さんを偲ぶコーナーもあるそうです。

詳細はこちら→<https://hospice-awaji.studio.site/>

問い合わせはこちら→淡路島大会実行委員会

nichihos.awaji@gmail.com

事前申し込みの受付は終了しましたが、当日参加も可能とのことです。

リメンバー名古屋ファシリテーター養成講座(オンライン)

開催日等は、個別にお問い合わせください。

※参加要件：遺族会に何度か参加したことがある方で、リメンバーのスタッフになってもよい、という方。会の継続の一助になればと思い、はじめることにします。

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、偶数月の土曜日に行われます。

詳しくはホームページをご覧ください。

主催：スーカフェ名古屋

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

名古屋市発行の

自死遺族支援リーフレットが改訂されました

以前にもご案内しましたが、名古屋市発行の自死遺族支援リーフレットが、10数年ぶりに改訂されました。

このリーフレット類は、前回同様、当会のスタッフが複数人で執筆しています。自死遺族をとりまく状況の変化に応じて、QAを追加したり、文言のマイナーチェンジをしたりしています。

最新版（第5版）は、名古屋市のサイトから見ることができます。

※下記リンクは変更になる場合があります。「名古屋市ー自死遺族相談」のページにリンクがあります。

①自死遺族全般向け（ピンク）



②自死遺児の保護者向け（グリーン）



③小型版



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) 開催となります。下記連絡先までお申し込みください。

日時：2024年11月24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

「～こころの居場所～AICHI自死遺族支援室」のご案内

「自死遺族ミーティング」(分かち合いの会) を定期的に行っておられます。次回の日程等は、ホームページをご覧ください。

連絡先：cocoroibasyo@yahoo.co.jp

ホームページ：http://cocoroibasyo.org/

第16回 自死者追悼法要 「いのちの日のいのちの時間」のご案内

「いづく処」を開催されている「いのちに向き合う宗教者の会」による、自死遺族追悼法要が、下記のように行われます。

日時：2024年12月4日 (水)

16:00 - 19:00

場所：真宗大谷派 名古屋別院 (東別院) 対面所

対象：自死遺族当事者

参加費：無料

申込：不要

連絡先：info@inochi.in http://inochi.in/

真宗大谷派名古屋教区教化センター

(052)323-3686 担当 蓮容・滝

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」・・・

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」・・・

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」・・・

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。

詳しくはスタッフの者にお聞きください。

りめんばー

久しぶりにブルーボックスを読んでいきます。ブルーボックスとは、ご存知の方も多いかと思いますが、最先端の科学情報を一般向けにわかりやすく書いた文庫本のシリーズです。

「宇宙になぜ生命があるのか」一に書かれていたのは、簡単にまとめると、以下のことでした。

- ・宇宙の始まりから今までの科学的物語は分かっている
- ・宇宙の始まりの前は全くわからない
- ・生命の定義は明確にはできていない
- ・生命は化学的偶然から誕生したとしかわからない。偶然とするとその確率は非常に低い
- ・生命の精神に関しては、何もわかっていない

46億年前とされる地球の誕生の後、ヒトの出現は400万年前ほどで、その後、人間が文明を発展させ、歴史としてその痕跡が残るのは、まだ数千年にすぎません。まして、現在に通じる科学的な発展は、ここ200年程度に過ぎないものです。

人間が有史以来、問い続けてきた人間の生きる意味、死の意味など、人間の根源的問いは、現代科学をもってしても、まだまだ歯が立たないものであります。大切な人が死んだ一その苦しみを前にして、少なくとも現代科学は、なんら救いの答えを持ち合わせていません。ただ、科学が示してくれた、宇宙の果てまで138億光年という、途方もない空間、時間に、我が存在を、たとえひとときでも解き放つぐらいでしょうか。

現代科学において、ここ最近の進化がめざましい人工知能に「人はなぜ生きるのか？」と問いかけてみました。

「『生きる意味』という問いに対する答えは、一つではありません。一緒に考えてみませんか？」一とのことでした。

(KN)