

11月
30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16回目となります。

- 日 時** 2025年11月30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14日遺族会終了後「望年会」のご案内

12月14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くと助かります。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
自死遺族支援弁護団
<http://www.jishiizoku-law.org/>

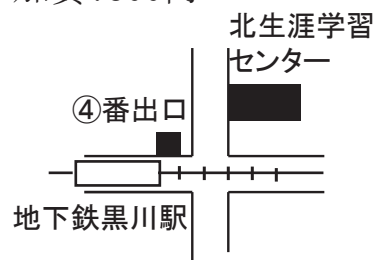
傾聴電話

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130回

10月13日(月・祝) 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131回

2025年12月14日(日)
名古屋北生涯学習センター

日程は、ホームページ、X(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。
会の終了後、お声掛けください。

〇〇 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：2025年11月16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/

次回「いっぷく処」のご案内

「いのちに向き合う宗教者の会」による、「いっぷく処」(分かち合いの会)、「自死者追悼法要」などを継続的に開催されています。詳しくはホームページ等をご覧ください。

連絡先：info@inochi.in

ホームページ：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」・・・

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

この夏、北アルプスの西穂高岳の近くの山まで行ってきました。とは言っても、ロープウェイで上がり、あと、そんなに長くない距離を登るだけの、初心者コースです。山に登ること自体ほぼ初心者で、学生時代に2回だけ北アルプスの白馬岳に登ったことがある程度でした。

出かける前、遺族会で出会った方に、「西穂独標」まで行ってきたらと勧められました。地図で見る限り行けそうな距離ではあったので、時間と体力が残っていれば行こうと軽く考えていました。ところが、そこは、左右とも数百メートル下まで落ちそうな稜線の先にある、切立つ岩の上だったのです。

ひとつの手、一步の足を滑らせただけで、谷まで落ちて行きそうなところを登っていきました。ひんやりとした岩の感触は、地球そのものに直に触れている感じがします。恐怖心とも闘いながら必死の思いで「西穂独標」にたどり着くと、さらに険しい山々の連なりが姿を現しました。その神々しい姿の前で、登り切った自分が、少し何かから赦(ゆる)されたような感覚を憶えました。

山、それも北アルプスは、きっと若いころにきざまれた記憶が、ずっと「いつかまた」という「あこがれ」のようなものになって、ひきずってきていたのだと思います。何十年もかかって、やっとその場にいられたという思いが、登山口にきた時にあふれてきました。その「あこがれ」にたどり着けなかった何十年こそは、身近な者の自死と向きあい続けた時間だったのです。

この秋に、もう一度その山に行く計画を立てています。季節が変わり、表情を変えた山々は、今度はどのように迎えてくれるのでしょうか。(KN)