

リメンバー名古屋10周年記念冊子

自死遺族の あの日・その後

完成しました

2003年に初めて自死遺族の「わかちあいの会」を開いて10年以上が経ちました。その間に会にご参加いただいた大勢のみなさまの思いを冊子にしようと、2013年度より募集をしておりました冊子ですが、このたびようやく完成いたしました。

ご応募いただきました方々、編集にご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

2000部作成した冊子は、全国の遺族会へ送り、愛知県内の公立、大学等の図書館にも寄贈しました。4月以降のリメンバー名古屋の遺族会でも配布します。

より多くの遺族の方に読んでいただき、「わかちあいの会」に来られない方々とも、遺族としての思いをわかちあえればと思います。

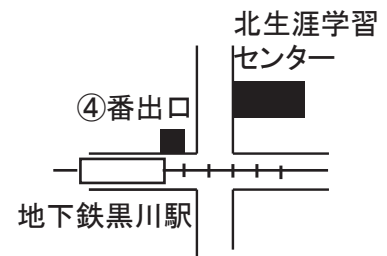


自死遺族の
あの日・その後

次回の遺族会

第69回

4月5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70回 6月21日(日)、会場は同じく北生涯学習センターです。

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

郵送先住所が 変更になりました

2015年1月より、郵送先住所が以下に変更になりました。

〒460-0008

愛知県名古屋市中区栄4-16-24
メゾンオザワビルS150
リメンバー名古屋

郵便物は受取までに14日以上かかる場合があります。お急ぎの場合などは、FAX:020-4668-8925、メール等をご利用ください。

4月19日(日)

春の遠足

4月19日(日)に、恒例の春の遠足を行います。遺族会で会うみなさんと、春の一日一緒に出かけませんか。

遺族会は2ヶ月に一度しかありません。普段から支え合える関係を作っていければという思いで行っております。毎年春、秋に行っており、今回で21回目となりました。

今回は愛知牧場でバーベキューを行います。食事を共にしながらゆっくりと過ごしましょう。

詳しくは③三面をご覧ください。

連載⑧ 「その理由①—邂逅」

羊のミケ

「味方というものは、いつもすぐそばにいるというよりも、ふとしたときに『感じられる』ものだ」

「魂をぼこぼこに殴られ、歪まされなければならなかったのは、そのへこんで空いた穴に、同じように苦しんで叫ばずにはいられない人たちの言葉を受け止めるためだ」

これは、以前恩師が口にした言葉だ。

私は、顔を合わせたその日に父の自死についてカミングアウトをしたことは遺族会以外の場では今まで一度もない。旅行先で知り合った人やネット上で話をするだけの人。このような、二度と会うことがないだろう人にも打ち明けることができない。普段、あまり口にできないからこそ一期一会の関係の人に言いたい気持ちもよくわかる。それでも、私は打ち明けることができない。言う必要が無いから言わないという理由も、もちろんある。しかし、それ以上に私の中で「軽々しく口にしたくない」という想いが何よりも大きいのだ。知り合って、言葉を多く交わして、その中で仲を深めていって、この人なら話しても良いと思えるようになり、ようやく口にす。私にとって、自死遺族以外の人に会ったその日にカミングアウトをするということは、とても大きな壁を越えなければならないことなのだ。そして、その大きな壁を越えられた人と最近巡り会うことができた。それが、冒頭で綴った言葉を残してくれた先生だ。

私と先生が出会ったのは、昨年10月頃。以前から私は、文章修練の場を求めていた。4月の段階で大学内の講義で文章作成力を高める授業があることは知っていたが、履修登録の

関係でその講義を受講することができなかった。私は、もっともっと文章が上手になりたかった。時が経つにつれ、文章作成力講義への想いはますます高まっていた。いざその講義が開講されると私は教室に潜り込みたくて仕方がなくなった。しかし、少人数制のクラスのため、潜り込んだところで必ず見つかってしまう。困った私は、その講義を取っている友人に先生の連絡先を教えてもらい、ダメ元で「個別指導をお願いしたい」という旨のメールを送信した。ひょっとしたら、丁重に断られてしまうかもしれない。それでも、仕方がないか。半ば諦めにも似た想いは杞憂だった。

返ってきたメールは、私が想定していたよりも、ずっと優しさに満ちていたものだった。一度も顔を合わせたことがないにも関わらず、柔らかく、どこか懐かしい。文面から伝わる温もりは先生の人格そのものを表しているように見えた。安心と心地よさが身を包んだ。それを機に、私たちは互いの文章観について多くの言葉を交わした。そして、一つ課題を頂いた。

「私と『書くこと』」をテーマにしたエッセイ。

それは、私にとって決して難しい課題ではなかった。1000文字程度。A4用紙一枚以内。夢中になってパソコンに向かった。決められた枠の中に、私の文章観、死生観を思い切りぶつけることができた。

タイトルは「dead or write」。書くか死ぬか。大袈裟かもしれないが、決して偽りも誇張もなかった。(続く)

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。

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。

第21回春の遠足のお知らせ-4月19日(日)

以下の予定で、恒例の春の遠足を行います。
リメンバーの遺族会に参加されたことのある方であれば、どなたでもご参加いただけます。

■日時：4月19日(日)

午前11時50分～16時ぐらいまで

■行先：愛知牧場(日進市米野木町南山977)

バーベキューをします。

※バーベキューは13時からです。遅れての参加でも結構です。

※雨天時も決行します。(屋根があります)

■集合場所：11:50名鉄豊田新線(地下鉄鶴舞線乗り入れ)黒笹駅前に集合。または、現地。

■参加費：3,000円程度を予定

(追加食材、飲み物により前後します)

■申し込み先：リメンバー名古屋事務局

(メール・ファックス・郵便等でお申し込み)

お名前(ニックネーム可)、ご連絡先(メール、電話、FAXなど当日連絡できるものであれば助かります)、集合場所(黒笹か現地)をお知

らせください。

Eメール：remember_nagoya@yahoo.co.jp

FAX：020-4668-8925

郵便：〒460-0008

愛知県名古屋市中区栄4-16-24

メゾンオザワビルS150

リメンバー名古屋

※郵便物は受取までに14日以上かかる場合があります。できればメール・FAXでお願いします。

■申し込み期限

4月13日(月)

※お申し込み後のキャンセルは16日(木)までにご連絡ください。キャンセルの場合、愛知牧場へのキャンセル代500円が必要となってしまいます。当日参加できるか不安のある方は、お申し込み時にお申し出ください。(キャンセル料のかからないよう当日追加という形にさせていただきます)

■ご参加いただける方：リメンバー名古屋の遺族会に参加したことがある方

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：2015年5月24日(日) 13:30-16:00

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.heyajp

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：2015年5月16日(土)

13:30～15:30(開場13:15)

場所：東桜会館 第一会議室

地下鉄新栄、高岳両駅から徒歩5分

参加費：500円

連絡先：cocoroibasyo@yahoo.co.jp

090-4447-1840

水・木 15:00～20:00

日曜日 18:00～20:00

http://cocoroibasyo.org/

次回「いっぷくどころ」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、自死遺族と宗教者による分ち合いの会「いっぷく処」が開催されます。平日での開催となります。

日時：2015年5月29日(金) 14:00-

場所：真宗大谷派東別院対面所(東別院内)

地下鉄名城線「東別院」下車

連絡先：info@inochi.in

http://inochi.in/

近隣の自死遺族のわかち合いの会

岐阜「千の風の会」・・・2015年5月17日(日) 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」・・・2015年4月11日、5月9日 問い合わせ：浜松市精神保健福祉センター

053-457-2709

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ぼ

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ぼ

月-金 12:45~16:45

052-483-2095

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 午前10時~午後6時

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、毎週月曜日・水曜日・金曜日

午前9時~午前12時

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

●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

りめんぼー

『自死遺族のあの日・その後』が完成しました。リメンバー名古屋設立10周年記念に編纂しようと話の持ち上がったものでしたが、予算の都合と編集のマンパワーの問題から、最初の募集から2年が経過しての完成となり、長らくお待たせを致しました。

クロネコヤマトのメール便が3月末に廃止になるということで、なんとかそれまでに各方面への発送をしたいと思い、3月29日に印刷所から文集が届いてから3月31日までの3日間は、深夜まで梱包作業をする日々でした。その作業が一段落し、ノンアルコールビールを片手に完成した文集をゆっくり手にすることができたとき、「ああ、私も書けばよかった…」と思いました。今回は、なんといいですか、「伝える」力を持った文章をたくさんお寄せいただいたと感じています。私も、今の自分の思いをこんなふうに伝えてみたかったな、と思いました。

新聞で原稿の募集記事をご覧になった方々からは、「完成したら送ってください」と切手が同封されたお手紙を何通もいただきました。寄稿してくださった皆様とも、いろいろなやりとりがありました。文集という「場」を大切に思ってくださいる方が多くいらっしゃることを知り、何年先になるかわかりませんが、ゆるやかに互いの思いを感じあえる場として、また同じような文集の制作を企画できたらと思っています。

表紙写真は、今回もリメンバーのスタッフが撮影したものです。300枚の写真をつなげあわせた大作で、縮小されているのでよくわからないかと思いますが、白い花がひとつだけ咲いているのだそうです。

巻末には、白い罫線のみページを設けてありますので、今の思いをお書きになるなど、ご自由にお使いくださいませ。

なお、寄稿⑤の「おとう」さんは、前回発行の「自死遺族の手紙」にも寄稿してくださった方です。また、今回の文集とは別に、寄稿③の植村さん、寄稿④のS・さんがそれぞれにおまとめになった手記（集）があり、リメンバー文庫にも寄贈していただいております。どうぞ合わせてお読みになり、思いをともにしていただければと思います。（YT）