

リメンバー新聞

75号改

2015年9月26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: 〒460-0008
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

9月27日 「リメンバーin 岡崎」を開催

日時 2015年9月27日(日) 13:15-16:00

場所 岡崎げんき館

内容 午後 13:15-16:00 「自死遺族の分かち合いの会」

10月11日 第2回 若者自死遺族の集い

第1回若者自死遺族の集いから約9か月。あれから若者自死遺族の集いは、ユースの会へと名前が変わり、リメンバー名古屋の分科会になりました。そして、第2回となる今回は、場所を人事の櫻誓願寺に移しての開催となりました。お寺の長閑で安穏とした空間で喪失体験を分かち合うことも一つの試みではないかと考えたためです。

プログラムは前回同様、午前は喪失体験の分かち合いを行い、午後からは今までとこれからについて考えていくことを予定しています。これらのプログラムを通して、日常生活で感じる生きづらさ等の心の荷物を降ろし少しでも軽くなれたらと考えています。

日時 2015年10月11日(日) 10:00-16:30

場所 櫻 誓願寺 名古屋市昭和区滝川町47-1
地下鉄鶴舞線八事駅、いりなか駅より徒歩5分

内容 午前：喪失体験の分かち合い
午後：生きづらさの共有、これからを考える

参加費 300円

10月18日 第22回 秋の遠足

10月18日(日)に、恒例の秋の遠足を行います。リメンバーの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。詳細は③面をご覧ください。

11月29日 名古屋市 自死遺族支援セミナー

名古屋市の主催で「自死遺族支援セミナー ～自死遺児支援を考える～」をテーマにしたセミナーが行われます。リメンバー名古屋も一部協力させていただいております。

日時 2015年11月29日(日) 13:00-16:30 (予定)

場所 名古屋都市センター(金山南ビル14階)

内容 講演：「沈黙の悲しみに寄り添う～自死遺児支援を考える」西田正弘氏(子どもグリーンサポートステーション代表)

(予定)

交流会：講師を囲んでの自死遺族(主に自死遺児)のための交流の場

自死遺族向け無料法律相談会：自死遺族支援弁護団。定員10名(申込み先着順)。

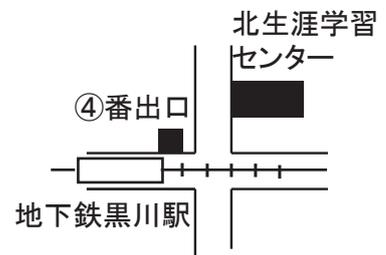
申し込み 事前申し込みが必要です。名古屋市健康福祉局障害企画課(052-972-2283)にお問い合わせください。

次回の遺族会

第72回

10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73回 12月の日曜日、会場は同じく北生涯学習センターを予定しています。10月の初めに決まります。

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

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。

連載⑪ その理由④一味方

羊のミケ

それから、私と先生はメールのやり取りで文章の修練を行うようになった。リメンバーしんぶんで掲載しているコラムの中にも、先生に添削をお願いしたものもある。

時には、日常の悩みや自死遺族としての苦悩、学校生活を送る上での愚痴のようなものまで聞いてもらったりもした。私自身のテーマである異性との依存関係も相談した。普段なかなか友達には話せないことも先生になら吐き出すことができた。先生はどんな重い内容でもどんな長い文章でも、いつも丁寧に受け止めてくれた。人に相談できたところで、何も解決はしない。それどころか状況は何も変わらない。それでも、「自分にはいつでも聞いてくれる人がいる」。ただそれだけですごく救われた。「この人は自分の味方だ」。心の底からそう思えた。

そして、別れの時は突然来た。

いつものように先生から送られてきたメールに別れの言葉が書かれていたのだ。

「クラス制の文章作成力講座も先日、終わりを迎えました。この辺りで個別指導も一区切りとしたいと考えています」

ショックだったが、予想はしていたことだった。こうしていつまでもだらだらとメールのやり取りばかりを続けていては収束しない。先生は非常に多忙な方だ。時間に切迫している中、私のために時間を割いてくれている。日頃から申し訳なさは感じていた。

味方になってくれてありがとう、沢山話を聞いてくれてありがとう、文章を添削してくれてありがとう。様々な感謝を言葉に乗せた。ありがとうだなんて、陳腐な5文字じゃ伝えられないほどの感謝だった。自分の語彙の無さを憎んだ。そして、連絡を取らなくなっても、先生は私の味方でいてくれると思うと、素直な気持ちも添えておいた。

味方とは何か。私はその言葉を頻繁に口にしますが、実際のところははっきりとした輪郭は掴めないでいた。自分にとってとても大事なものではあるけれど、どう言語化したらいいのだろう。その答えが、先生からの返信には書かれていた。

「もちろんです。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』ものだと思います」そうだ。いつでも感じられる。私が、味方だと思っている人たちは、どれだけ離れ顔が見えなくても、全く言葉を交わしていなくても、何年会っていないなくても、確かにすぐそこに感じられるのだ。

その後、私と先生は言葉を交わしていない。時々、学校ですれ違ふと微笑みながら会釈はするが、立ち話をする事は決してない。でも、それでも、いいのだ。

「助けを求めている人の味方になりたい」と考えている私に、「味方」とは何かを教えてくださいました人だから。

「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、先生がおっしゃっていた言葉だ。もし、私も自身の体験に意味を見い出すならば、きっとこの言葉と同じことを考えるだろう。

私は、先生の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られているだろうか。

私は、誰かの味方になれているだろうか。リメンバーの遺族会やユースの会で様々な人の話を聞くたびに、この想いはどんどん強くなっていく。(終わり)

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

お申し込みは、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2回 若者自死遺族の集いに向けて

遺族会は「止まり木」のようなものだと私は思います。私たち、自死遺族が社会で生きていくということは、とても生きづらさを感じる事です。心の荷物が重すぎて、全てを投げ出したくなることも時にはあるでしょう。そんな疲れた心を休ませて、抱えたものを軽くできる場が遺族会だと私は考えています。

前回開催から9か月。その間、私が強く感じていたことは「継続して開催していくことの必要性」です。前回は初開催にも関わらず、比較的多くの人に足を運んでいただくことができました。それでも、日程、体調等の様々な都合で参加に至らなかった方もいらっしゃるはず。そんな方に、「いつでも参加できる」と安心

していただく場を作っていくことが必要だと感じました。継続して開催していくことで、今は参加できなくても、「自分にはいつでも心を休ませる場所がある」と思っただけでいい場を作ることが大切だと考えています。

さて、今回は八事の櫻誓願寺での開催となりました。お寺を場所を選択した理由は、単純なものです。長閑な雰囲気を持つ場所で分かち合いを行うということは、非日常的な空間を作ることができ、より一層落ち着いた空気で分かち合いを行えると思ったためです。リメンバー名古屋の分かち合いや第1回若者自死遺族の集いに参加されたことがない人でも、是非ともご参加ください。お会いできるその時を、楽しみにしています。(羊のミケ)

第22回秋の遠足のお知らせ-10月18日(日)

■日時:2015年10月18日(日)

12時から17時ぐらい

■行先:魚太郎(バーベキュー)

愛知県知多郡美浜町

*雨天時も実施します。

■集合場所:

名古屋駅、または現地

※詳細はご参加の方にご連絡いたします。

■参加費:交通費(名鉄名古屋往復の場合:2,320円)、昼食(魚太郎浜焼きバーベキュー:3千円程度)

※食事内容、飲み物により変わります。

■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)、集合場所をお知らせください。

Eメール:remember_nagoya@yahoo.co.jp

FAX:020-4668-8925(電話ではありません)

郵便:〒460-0008 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」

※郵送の方は、10月5日ぐらいまでに発送してください。

■申し込み期限:10月13日(火)まで

■キャンセルについて:

お申し込み後、キャンセルの方は10月16日(金)までにご連絡ください。

■参加対象:リメンバーの遺族会に参加したことのある方

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11月29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11月21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/

「自死者追悼法要」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、「自死者追悼法要」が行われます。

日時:2015年12月4日(金) 時間は未定

場所:名古屋市中村区 白鳥山法持寺

連絡先:info@inochi.in

http://inochi.in/

指先を見る。繋がっている。この爪は彼の形。
 なんでお母さんの爪はマニキュアが似合いそうなシュツ
 とした爪で、私のは丸くて短いの？
 彼女の発した音は、バリバリと心臓をぶち抜き、鼓動が
 激しくなる。
 じっと見つめていたいけれど、コンプレックスのそれを
 そう長くは見せてはくれない。
 そう繋がっているけれども、私の血も半分入っている。
 私でも彼でもない子供たちは1人1人違うのだから。
 生きてる時代も環境も出会う人も。
 木村カエラの[Egg]に載せて母の思いは果てしなくあの子
 たちが80、90歳と生命が尽きるまで見届けていたいの
 です。どの親もそうであるように。
 (投稿者S)

『Egg 木村カエラ』
 carry on carry on
 carry on carry on everyday
 愛を愛を愛をあげたくて
 carry on carry on
 carry on carry on
 この手で
 あなたを抱きしめてあげたい
 carry on carry on
 carry on carry on everyday
 何を何を何を悲しむの
 carry on carry on
 carry on carry on
 この手で
 優しく温めてあげよう
 何度も殻を叩き雛鳥は
 自分の力で殻を破るの
 私しか出来ないあなたを守るのは
 寄り添う力に変えてくの
 私しか気づけないあなたからのサイン
 どんな時だってそばにいるよ

寄稿

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
 052-483-2095

りめんぼー

最近、比較的若い著名な方の病死が相
 次いで報じられていました。ただ、最近
 多いのかということそれは定かではなく、
 自分がそのニュースに引っかかるかどう
 かという、その時々自分自身の心の問
 題のようにも思います。

今週末に岡崎市で遺族会を行います。
 もう4年ほど前になりますが岡崎での遺
 族会の際、哲学者の鷲田清一さんに講演
 をしていただきました。

「死ぬとわかっていて、なぜ人間は生
 きていけるのか」

これは鷲田さんの著書の中にある言葉
 です。病気などで具体的な期限が示され
 た場合、その問いは切実なものとなりま
 す。死ぬことへの恐れを抱えて生きるこ
 との苦しみは、人間にとって根源的なも
 のなのだと思います。

「死ぬとわかっているからこそ、人間
 は生きていける」

最近はそのように思うようになってき
 ました。自分の死の恐怖よりも、周りの
 人の死が積み重なっていくことのつらさ、
 恐れがとても大きいのかもかもしれません。

遺族会などで死を語り、聴きながら少
 しずつ死というもの自分なりにわかり
 はじめているような気がしています。「
 死ぬこと」がわかる—「死ぬこと」を知
 っているということと、「死」がわかる
 —「死」とはいったいどういうものなの
 かがわかるということは別のことだと思
 います。死とは何かが本当にわかった時、
 この問いへの答えもまた新たなものとな
 るのかもかもしれません。

テレビでしか見たことのない人の死に
 心をいたため、遺族会では初めてお会いし
 た人の死の語りに心を揺さぶられながら、
 ひとつひとつの死が心に積っていくの
 を感じます。今日もまた高校生の自死がニ
 ュースになっていました。(KN)