

# リメンバー新聞

112号

2021年12月24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:050-3588-8097 (変更)  
郵便:〒612-8799  
京都市伏見区塙木町1148  
伏見郵便局留 リメンバー名古屋

## 「リメンバーin岡崎」を開催しました

11月7日、岡崎市「岡崎げんき館」で、自死遺族のわかつあいの会「リメンバーin岡崎」を行いました。2010年12月の第一回から数えて12回目となりました。

今回、参加者の方は多くはありませんでしたが、ゆっくりと話せる場になりました。

来年度以降の予定は決まってはいませんが、またできるようであれば、開催したいと思います。

## 各種相談先のご案内

があります。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、会の者にお尋ねください。

### 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こらぼ

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

自死遺族支援弁護団

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

### 自死遺族向け電話相談(無料)のご案内

自死遺族を支援するNPO法人「アフター・ザ・レイン」(名古屋市)による電話相談  
<https://aftertherain-japan.org/>

夜間電話相談:毎週火曜日22時から翌朝4時まで。 0570-017-222

以下は幅広いこころの相談窓口です。自死遺族の方の相談も可能です。

○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らぼ

月-金 12:45~16:45 052-483-2215

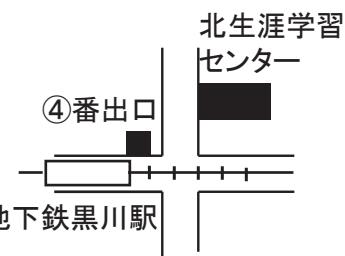
### -感染への不安を減らすため、ご協力をお願いします-

- ・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107回

12月26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108回 2022年2月27日(日)  
※状況によっては中止・変更になる場合があります。直前にご確認ください。

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。今回は以下の場所での開催です。オンライン(Zoom)での参加も可能です。

日時：2022年1月30日（日）14:00 - 16:00

対象：家族以外の大切な人（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

場所：名古屋市中村生涯学習センター

※オンラインのみに変更の場合もあり

連絡先：the.dearest1@gmail.com

<http://dearest.heyah.jp>

### 次回「～こころの居場所～AICHI自死遺族支援室」のご案内

次回は2022年1月22日(土)に講演会・わかちあいの会の予定となっています。詳しくは、ホームページ等をご覧ください。

講演会：13:30-14:40（開場13:10）

『自死遺族のセルフケア～痛みから悼みへ～』

西野 敏夫 氏

グループミニーティング：15:00-16:00

個別の分ち合い(遺族会)：13:30-、15:00- 各1枠

会場：名古屋市市政資料館 第3集会室

事前予約制となっています。※先着順

連絡先：[cocoroibasyo@yahoo.co.jp](mailto:cocoroibasyo@yahoo.co.jp)

090-4447-1840 <http://cocoroibasyo.org/>

### 次回「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「いっぷく処」ですが、次回は未定となっています。

また、「いっぷく処 お便り」として、会の担当の僧侶との文通によるやり取りを行っておられます。

次回の予定、文通方法など、詳しくは下記までお問い合わせください。

主催：いのちに向き合う宗教者の会

連絡先：[info@inochi.in](mailto:info@inochi.in) <http://inochi.in/>

その他、岐阜、三重、浜松などにも自死遺族のわかち合いの会があります。

### りめんばー

2021年も、もう終わろうとしています。1年を振り返って……と書き始めたのですが、つい最近亡くなった35歳の芸能人の方のこと觸れないではいられなくなりました。

1年前にもこの欄で、自死で亡くなった俳優の方のことを書きました。この12月に亡くなった方は自死かどうかはわからないようですが、多くの人に与えた衝撃は、同様に大きいものでした。

ご両親は有名な俳優・歌手の方で、その活躍は初期のころからテレビで見ていました。その二人が結婚し子どもが生まれ……という現実の物語をリアルタイムで知っています。そのお子さんが亡くなつたことで、亡くなった当人だけでなく、遺された親の思いを想像し、そちらに心が引っ張られていくのを感じます。いつもはひどい書き込みが多いネット上でも、遺された者の気持ちへの共感的な反応が多いように思います。

ご両親が遺骨を抱えて報道陣の前に立たれた写真は、とてもつらいものでした。20年ほど前、自分も遺骨を抱えて火葬場から帰ってきたとき、住んでいたマンションの管理人さんに「こんな風になつちゃいました」と声をかけた時のことを思い出します。

「今年はこんな年だったな」と、振り返ることができるのは、その年の出来事が落ち着いて、客観的に見られるようになった時なのでしょう。衝撃的な出来事があると、振り返る余裕もなく、その必要もないほどに自分の心はその衝撃でいっぱいになってしまいます。大切な人を亡くした場合、振り返るとすれば、年末ではなく、命日や、その人の誕生日なのかもしれません。

年賀状のやりとりは少しだけしかしていないのですが、それでも2通の喪中はがきを頂きました。「おめでとう」とは言えないお正月は、少なくないかもしれません。（KN）