

# Remember 便り

16号 2008. 2. 25  
リメンバー福岡  
自死遺族の集い発行

黙することはたんなる沈黙ではない  
秘密の哀しみなど存在しない  
語られることのない哀しみは  
もっと絶えがたい重荷となる

フランシヌ・ドレイ・ハヴァガル

いろいろな人生があるんだなあ  
私も ぽちぽち 喜びを感じながら  
悲しみを感じながら 生きていきます。

香代子



梅の香りの中でメジロが戯れています。

この便りが届くころには梅の花びらは終わり  
春の訪れが近づいているのでしょうか。

1月27日の集いは17名のご参加でした。  
ご参加の方々からのメッセージです。



♪ この場所でしか言えない自分の本当の気持ちがあることに、  
改めて気付かされました。スタッフの方のご苦労は多々あるでしょう。  
でも遺族にとっては唯一のいやしの空間です。  
大切な時間に感謝します。 M

♪ 同じ悲しみ、つらさなど、皆で分け合うことが出来るのではと思います。  
だめおやじ

♪ 約2年ぶりの参加になります。  
参加するともっと落ち込みがひどくなりそうな気がして、しばらく足が遠のいていま  
したが、今回やっと来ることができました。亡くなった人を悪く言ってはいけないの  
ですが、今回は自分の感じるままのことを話せてよかった。また他の人も同じような  
気持ちでいることが分かり、少し安心しました。  
でもなんだかんだ言っても最愛の人。一人置いて行かれたのは悔しいけど、本当はう  
らやましい。主人はきっとあちらで幸せにしていると思うから。 C. H

♪ 自死で肉親を亡くした方が多くいるんだなあと思いました。

♪ ずっと気づかないふりをしていた思いを、今日は言葉にすることができました。  
ありがとうございました。 チィ

♪ ここに来て思いっきり泣いて、娘を偲び・・・ その時をありがたく思います。  
スタッフの皆様 ありがとう、ありがとう 一合掌一 キヨ

♪ 亡くなった子どものメッセージが届いているようです。  
親には何も心配かけずに行ってしまった子ですが、やっと分かりかけてきました。  
息子よありがとう。私も頑張るからね。

♪ 同じ配偶者を亡くされた方々のお話を聞かせて頂きました。自分だけがこんな感情を持っていると思っていましたが、そうではないことが分かり安心しました。

♪ 同じ体験をしても、同じ境遇にあっても、人の気持ちを理解するのは難しい。けれど 人の気持ちに寄り添うことはきっと出来るでしょう。 だまだま

## 自死遺族支援全国キャラバン i n 福岡

### おかげさまで終了！

2006年施行の自殺対策基本法を受け、NPO 法人ライフリンクが呼び掛けて官民一体で、全国を巡るシンポジウムが1月25日、福岡でも開催されました。1部の九州大学医学研究院精神病態医学の神庭重信教授(福岡自殺対策協議会会長)による基調講演では、福岡の自殺問題の特色、法整備を受けた自殺総総合対策への今後の取り組みなどのお話。2部の自死遺族のメッセージでは、私たち「リメンバー福岡」から「わかち合い」の様子を18分の映像で流しました。映像の中にご参加された遺族の皆さんは、それぞれがご本人の考えで撮影に協力してくださいました。**(本来のリメンバー福岡の「わかち合い」の内容は、絶対に外部に漏洩することなく、守られた安全な空間であることをお約束いたします)**

映像の中では4人の方々がこれまでに体験した、うつ、医療の問題、介護うつ、行政、司法、社会の偏見、自責…を語り、その後映像の中のお一人が登壇され、撮影に協力した理由を、「私の大切な人がこの世に存在した印を残したかった、うつで苦しんだその人の経験が今後の医療に活かされて行くことを望みます」とお話されました。遺族のメッセージは、3部のシンポジスト6名へ大きな投げかけとなり、3部では今後の国や福岡の自殺対策、自死遺族支援へとつながって行くであろうと思われる言葉が続きました。

今回一緒に参加した遺族の言葉で私が感動を覚えたものは、「これまでは、法立が出来て自死遺族支援という言葉聞いても、私たちに一体何をしてくれるの？そう思っていたが、今回参加して確実にここから何か動き出すことを感じた」そう語られた言葉でした。

遺族の声の中には「私たちのような自死遺族が増えないことを望みます」ともあり、その言葉を受けて遺族支援のリメンバーは、今後も自殺防止の活動を続けて行くことも大切な遺族支援であることを改めて心に刻んだキャラバンでした。

**3月30日の大阪を最後に、全国49か所での、自死遺族支援全国キャラバンは終了します。**

## 西村眞悟衆議院議員のブログより

### ありがとうございました

No.326 平成 20 年 1 月 13 日(日)

息子の西村林太郎は、十一日の通夜、十二日の告別式を経て、皆さまとお別れしていきました。そして、今は永遠の安らぎのもとにいます。氷雨の中の通夜そして告別式にご参列下さいました皆さま、ご弔意をいただいた皆さま、お祈り頂いた皆さま、心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

九日から今までの間に、今まで気付かなかった事実を知り愕然としています。それは、何と多くの若者が林太郎のように亡くなっているのだろうということです。

葬儀の時、「私の子も、二十六歳で亡くなりました」と涙を流された方がおられました。また、林太郎の死と自分の息子の死が同じなので体が震えて葬儀に出席できないとの伝言を託してくれた方がありました。この方の息子さんが亡くなったことは知っていましたが、まさか林太郎と同じ亡くなり方だとは思いませんでした。

さらに、十日の午前一時十七分にファックスを頂きました。お名前を書かれていないので、この場で公表させて頂くことのご了承をえることができませんが、次のようなファックスでした。

「長男さん、林太郎さんのご冥福を心からお祈りいたします。

私も昨年の夏の明日10日というか今夜早朝、一人っ子の長男26歳がうつ病の末、飛び降りて自死しました。

心の整理もついていないときはと思いますが、何故世間では自殺と表現するのでしょうか。本人は殺していません。自らの判断で一生に区切りをつけたのだと思います。

ありがとう、今まで頑張った息子に感謝しています。私は自殺と表現されるのに抵抗があります。ぜひ、以前にテレビで拝見していた様に、世間で自殺と表現しない様に言っていただけませんか。申し訳ありません、時間がたっていないときに、でも、今夜息子のことを思い出している時のニュースで知り書かずにはいれませんでした。再度、林太郎さんのご冥福を祈ります。**自死遺族会リメンバー福岡の会員です。**」

このファックスが東京の私の事務所に到着した十日の午前一時十七分は、この方が言われる「明日10日、というか今夜早朝」という時間ではないか、と思われます。この時私は、林太郎を連れて東名高速の豊橋付近を走行していました。

十一日にこのファックスを拝読しましたが、全く私も同じ思いです。よくぞ、ファックスをしてくださいました。お礼申し上げます。そして、一人っ子のご長男のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

うつ病のなかでの死、これは病死です。

自殺ではありません。病死なのです。

九日の午後、林太郎の希望をかなえるための角膜と心臓弁提供の手術中つまり林太郎の貴重な仕事に、私は林太郎の通夜と葬儀の日程を決めました。

息子は父に何を望んでいるだろうかと林太郎にたずねたのです。すると、おやじ公務を疎かにしたらあかん、と林太郎が告げているように思いました。

そして、秘書に電話し、テロ特措法案の衆議院本会議上程日を確認させました。暫くして、十一日午後一時の本会議開催でほぼ確定との返事が来ました。

これで、十日早朝に帰宅した林太郎は、十日の夜は家でゆっくりと過ごし、十一日には通夜のあるカトリック堺教会に移ることが出来るという素晴らしい日程が決まったのです…

その後西村さんからファックスの送り主とリメンバー福岡宛てに感謝のお手紙を頂戴いたしました。

## リメンバー神戸・自死遺族サポートネット近畿合同シンポジウム

「自死遺族ケアのこれまでとこれから～ともに生きていくために～」のご案内  
当事者の思い、そこに関わる人の思いを第一に考えたシンポジウムです。

【主催】リメンバー神戸・自死遺族サポートネット近畿

【日時】平成20年3月9日（日）開場12時30分 開始13時 終了17時

【場所】神戸市産業振興センター・レセプションルーム（10階）

【プログラム】

ご挨拶（13時00分）：梁勝則（りゃん すんち）（リメンバー神戸）

第1部 基調講演（13時10分）「自死遺族の声に耳を傾けて」

講師 西原由記子さん（東京自殺防止センター・全国自死遺族総合支援センター）

第2部 パネルディスカッション（13時50分）「自死遺族ケアのこれまでとこれから」

パネリスト 井上綾子さん（岩手県精神保健福祉センター・りんどうの会）

井上久美子さん（リメンバー福岡 自死遺族の集い）

田中幸子さん（藍の会 仙台分かち合いのつどい）

野々山尚志さん（リメンバー名古屋 自死遺族の会）\*50音順

コメンテーター 西原由記子さん

司会 梁 勝則

第3部 では5つの分科会が行われます



1月の集いにご参加のKさんより、便りの切手代にと  
ご寄付を頂戴いたしました。ありがとうございます。  
お久しぶりのKさんの笑顔… 嬉しかったです。

リメンバー福岡井上  
が当日シンポジスト  
で参加予定です。

### 自殺対策シンポジウム全国キャラバン in 山口

日時 : 平成20年3月17日(月) 13:30~16:45(予定)  
場所 : 山口県教育会館 多目的ホール(山口市大手町2-18)  
TEL083-922-5766  
問い合わせ \* 山口県健康増進課 Tel 083-933-2944

### リメンバー福岡自死遺族の集い 次回ご案内(第21回)

日時 2008年3月23日(日) 午後1時15分~4時(午後1時受付)  
会場 あいれふ8F 婦人会館 視聴覚室 福岡市中央区舞鶴2-5-1  
会場は「リメンバー福岡」となっています  
参加費 1000円 ★第22回遺族の集いは2008年5月25日(日)です

【お問い合わせ先】 Tel 092-737-8825 福岡市精神保健福祉センター

【メールアドレス】 [rem.hukuoka@wood.dti2.ne.jp](mailto:rem.hukuoka@wood.dti2.ne.jp) お問い合わせ・ご意見など

【HPのアドレス】 <http://www.h3.dion.ne.jp/~remefuku/> 会場・日時・などのご案内

【寄付の窓口】 郵便振替 口座番号 01780-1-108383 口座名称 リメンバー福岡



主催 NPO法人日本ホスピス在宅ケア研究会

リメンバー福岡自死遺族の集い

共催 福岡市精神保健福祉センター

編集 Kumiko Inoue