

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



フランシス・ドレイ・ハヴァガル

衆議院本会議で「自殺対策基本法」が可決・成立

先頃、NPO 法人自殺対策支援センターライフリンクが、「自殺対策」の法制化を求め、全国一斉7箇所で開催された署名活動を行いました。年間自殺者3万人、言葉を発することすら出来なくなった3万人に思いを馳せて「三万人の署名」を集めようと思いついたのです。結果、1ヶ月半で10万名を超える署名が集まり、その署名が後押しとなり6月15日「自殺対策基本法」が国会で成立しました。

過労の末の自死、いじめられその果ての自死、介護心中など、社会の力で防ぐことの出る自殺には法律の力が必要ではないでしょうか。

5月13日雨上がりの天神で、リメンバー福岡もその趣旨に賛同し署名活動を行いました。「年間自殺者3万人、この数字は社会的な対策を講じることで防ぐことができます」私たちが訴えるこの言葉に、多くの人々が足を止め、耳を傾けてくれました。署名のあと手を差し伸べ握手を求められる方、「頑張ってくださいね」と声を掛けてくださる方、学校帰りのカバンを提げたまま、チラシを配ってくれた女子高校生たち……その一人ひとりの心の中に、きっと「他人事ではない」という思いがあったのでしょうか。

法律によって、官民を問わず社会がつながり、追い詰められた人達が、孤独や孤立から抜け出すことができることを願います。

リメンバー福岡 井上 久美子

5月21日の集いにご参加のみなさんからのメッセージです。

22名のみなさんが、同じ空間で語り合い、わかち合いました。

♪笑わなくていい 無理しなくていい 作らなくていい 久々の心地よさです。

♪久しぶりに皆様と会えて嬉しかったです。また元気な顔を出せるよう

次回まで頑張ります チィ

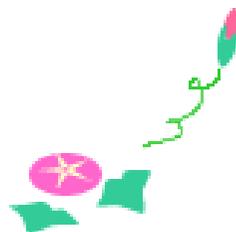
♪人に語られない哀しみを、打ち明けることができました。

♪ありがとうございました。 ママ愛してる

♪生きる自分

呼吸をしているだけの自分 そんなの切ないだけだよ

表現力が十にも一にも・・・豊かでありたい ユッチー



♪半年振りぐらいに例会に参加ができました。もう只 心優しいスタッフの皆様の
お顔を拝見しました。同じような苦しさ辛さを共に負って生きて居られる方々と共に
ひと時を過ごせたことだけでも、有意義だったと感じています。 KAZU

♪こんにちは。 リメンバー福岡での参加は5回目です。

グループになってお話ししますが、本当に皆さんとても辛く、涙しながら語って
いました。私は話すより人の話を聞くほうがいいです。

ぜひ一度 来てください。 勇気を出して！ K.K

♪良かった。皆様の姿と声が聞かれて嬉しかったです。色々ありますが、
文と言葉に出来ません。 A,Y

♪初めての参加でしたので、自分の気持ちをうまく言葉に出来なかつたりもしましたが、
参加して良かったと思いました。ありがとうございました。

また皆さんと語り合いたいので、次回も参加したいです。 H,Y

♪ 今日も娘を思い、語り泣きました。

この会が、私の大切な場所になっています。

皆さんにお目にかかると、ホッとするような なつかしい友達に会ったような
嬉しい気持ちになります。今回もありがとう。 —合唱— K

♪ 皆さん必死に残された家族を守ろうとしているのを知り、一緒なんだと感じました。

R. M

♪ 来るかどうか迷った。来て良かったか否か、それも判らない。

家でじっとしているよりは、停滞しがちな心情に風を送り込める分、有意義だった
というところです。

自分が死んだら、親はそれを泣くだろうか。案外割り切って生きていきっていくので
はないか。この思いが消えない。

生きるとは何か、途方に暮れています。この先どういう風に生きていけば良いのか。
どうも判らないことが多くて困っています。 トシ

♪ 遺族会を運営してくださっている方々、参加者の方々に感謝いたします。

この会があるおかげで何とか生きてみようという気持ちになります。

♪ この会に参加させて頂くようになって、1年経ってしまいました。

昨晩、夢で亡くなった息子も含めて子どもたち3人とで、布団の上ではしゃいでい
る光景思い出しました。あの頃にはもう帰れないのは、誰にとっても成長というも
のがあるから同じなんです、あの頃と今がつながってなくて、切り離されたと思
うととてもとても空しいです。

今回、初めて子どもの自死ではない方のお話を伺いましたが、捉え方があまりに
違うことにとっても驚いて、戸惑っています。死んでしまった者が今、どうしてい
らうかなんて考えるのは、子どもを亡くした母親くらいのものですね。

そんなこと考えても仕方がないのは解かっているんですけどね・・・。

♪私は家内の死を大変残念に思う気持ちはあれ、自分自身が死を考えたりすることはありません。比較的立ち直りが早いほうだと思います。

そんな私が、私よりはるかに深刻な精神状態の方たちと、同じグループで話をしてもよいものかと時々感じます。

私はこの会にカタルシスを求めて参加しておりますので、私の発言はかなり「ノー天気」なものも多く、自分で気づかぬうちに、深い悲しみの中におられる方達を傷つけているのかも知れません。とはいえ、妙に気を遣っても逆効果と思われ、また結局は自分の経験しか発言できませんので、この調子で行くしかないかな？と思います。

私の経験や考え方が、多少とも同じグループの方達の参考になればと思います。

♪1回目の集いに参加して以来の参加です。今日は、涙は出ませんでした。

少しずつ傷がいていっているのか、鈍感になっているのか・・・。

主人が自死した時 生まれた子どもも今は2才。時は確実に流れている。 C



日本ホスピス在宅ケア研究会で

リメンバー神戸・名古屋・福岡が集いました



6月24日～25日に神戸で日本ホスピス在宅ケア研究会全国大会があり、井上、渡辺、松浦、大谷のスタッフ4名で参加しました。

この大会には分科部会ということでテーマ別に部会があり、その一つに「自死遺族ケア部会」もありました。

24日の夜は、正式な会場の外でリメンバー名古屋とリメンバー神戸のスタッフの方々と顔合わせをしました。同じリメンバーでの活動をしている立場から、共通した話題もあれば、逆に、活動方法によって違った話題もあり、発見の多い、熱い議論を交わす神戸の夜となりました。

翌日 25 日は実際に部会に参加しました。

折しも、自殺対策基本法の法案成立もあり、多方面からの参加（自死遺族の方や、今後遺族会を立ち上げたい方など）がありました。

その中でそれぞれのリメンバーの代表やスタッフの発表があり、リメンバー福岡は井上さんがとても誠実に、そして穏やかにサポートグループである福岡の現状について、参加者も理解を示してくれていることや、毎回会場に足を運んでくださる参加者の方の姿に感謝し、励まされていることを伝えておりました。

聴いていた方の一人が「スタッフに自死遺族がいるかいないかは重要な問題とは思いません」と意見をおっしゃってくださいました。

また、リメンバー名古屋の代表は自分も遺族ではあるけれど、最終的にはリメンバーが必要のない社会になることが目標という言葉もありました。

そんな方々の言葉を聞きながら、まずは遺族同士で悲しみを分かちあうその場所がどんな場所であればいいのかを考えさせられました。

そして、そのために自分たちができることは何なのかを見つめ直しています。

今はリメンバー福岡という場所が皆様の思いであれば、自由に何でも話せる安全な場所となるように、スタッフとして長く続けていくこと。そして理想ではなく、いつかはリメンバーが必要のない社会になるために、皆様やスタッフそして、全国にいる仲間や

同じ思いのある方々に教えていただきながら、模索して行きたいと思いました。



リメンバー福岡 大谷 幸代

写真は左から 梁 勝則（りゃん すんち）医師 日本ホスピス在宅ケア研究会理事
リメンバー神戸代表

鷹見 有紀子 リメンバー名古屋代表

梁（やん）誠崇 リメンバー神戸 実行委員

井上 久美子 リメンバー福岡代表

近藤 浩子 リメンバー名古屋 実行委員



ボランティアスタッフ募集

集い当日11時（変更も有り）に会場にきていただき、準備をお手伝いして頂けるご遺族のスタッフを募集しています。 昼食（お弁当持参）をはさみミーティング、会場設営受付、案内係などをして頂きます。

分かれ合いの時間は、参加者と共にいつものように参加していただきます。

終了後は、片付け、最後のミーティングまで、よろしかったらご参加ください。

メール・電話・FAX・でご連絡ください。

問い合わせ先： 留守番電話での対応になっています。 連絡先を録音ください。

（今回のスタッフ募集は、定例会にご参加経験のあるご遺族に限らせていただきます）

**私共と一緒に、定例会の準備をしながら
ご意見やご希望をお聞かせください**

今回の受付会場は あいれふ7階となっていますので お間違えのないようお越しください

リメンバー福岡 遺族の集い 次回ご案内(第11回)

日時 **2006年7月30日(日)** 午後2時15分～5時（午後2時 受付）

会場 **あいれふ 婦人会館 7階 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12回遺族の集いは2006年9月24日(日)です**

【お問い合わせ先】 TEL/FAX 092-525-2308 留守番電話での対応になっています。
折り返しこちらからご連絡さしあげますので連絡先を録音ください。

【メールアドレス】 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

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