



一気に本格的な寒さが到来しましたが、みなさまお変わりありませんか？

今回は、先日開催しました講演会&交流会およびワークショップのご報告と、11月の“かたらんね”にご参加いただいた方からのメッセージをご紹介します。どうぞ最後までお付き合いください。



講演会&交流会およびワークショップのご報告



11月29日に「自死遺族支援を考える講演会」とご遺族の交流会が開催されました。講演会には77名、交流会には10名の方にご参加いただきました。前日の新聞記事(※)を見て足を運んでくださったご遺族も多くいらっしゃいました。本当にありがとうございました。(※)同封しているものです。ご覧ください。

また、翌30日には、支援関係者のみを対象としたワークショップを開催いたしました。参加は25名で、医療、教育、福祉、行政など様々な職種の方が集まりました。内容は、3名のご遺族からお話をうかがい、ご遺族がお持ちであろう悩みや課題、自分たちができる支援などについて、グループごとに意見を出し合いました。参加者の感想のほとんどは、お話をくださったご遺族への感謝の気持ちで、今回の機会をそれぞれの立場で活かし、ひとりひとりのご遺族の気持ちに寄り添えるようになりたいという言葉が多くありました。

県内にお住まいのご遺族の声を直接関係者に届けることは今回が初めてでした。ご協力いただきましたご遺族にこの場を借りて感謝の気持ちを申し上げるとともに、今後も、ご遺族とともに支援について考え、発信していき、つくっていきたいと思います。ありがとうございました。

11月30日
付けの熊日
新聞と朝日
新聞で紹介
されました
(記事は
熊日のもの
です)

自殺者の遺族支援を
考える講演会が29日、
熊本中央区大江のウ
ェルバルくまもとであ
り、NPO法人「自死
遺族支援ネットワーク
Re」代表の山口和浩
さん(31)「横浜市」
が、遺族の心理面など
に理解を求めた。
山口さんは中学2年
の時に、父親を自殺で
亡くした。2006年
にNPOを設立し、出
身地である長崎県を中
心に、遺族の集いを開
くなどの活動を続けて
いる。
山口さんは自殺者の
約8割に同居家族がい
ることを挙げ、「なぜ
気づいてやれなかった
のか、などと自責の念
にかられる人が多い。
遺族一人一人の思いを
くみ取りながら寄り添
っていくことが大事」
と指摘。「淡々と日々
の生活を送れるように
なることが、結果的に
遺族の心のケアにつな
がっていく」とした上
で、「周囲の人は過去
より『今』を大切にし
ながら支えてほしい」
と強調した。
講演会は県、市が合
同で主催。行政、医療
関係者、一般ら約80人
が参加した。(高見伸)

自殺者遺族の心理理解を 熊本市NPO代表が講演



自殺者の遺族支援などについて講演する山口和浩さん
「熊本中央区のウェルバルくまもと」



ご遺族からのメッセージ

11月の“かたらんね”には、2名のご参加がありました。
メッセージをご紹介します。



参加された方は少なかったけれど、話がつきる事なく、色々な日々の感じる事まで、話すことができ、安心しました。家族を亡くす悲しみに加え、日々の生活に関し、考えたり、それにより思いおこされる事もあり、その中で、生活しているのだな、と改めて感じました。ありがとうございました。

“かたらんね”は苦しい気持ち悲しい気持ちだけでなく、日常生活であった楽しかったことも話してよい場かもしれません。“かたらんね”が終了したあと気持ちが明るくなります。いつもありがとうございます。

次回の“かたらんね”開催予定

【開催日時】H25年 1月 24日（木）14時～16時

【場 所】熊本県精神保健福祉センター 2階 セラピールーム

※事前予約は不要です。当日会場へお越しください

※個別相談にも応じます（別日、要予約）

【お問い合わせ先】 096-386-1166

あとがき

担当の増永です。

10名ものご遺族にご参加いただいた交流会で、講師の山口さんから「他の地域ではこんなに集まらない。熊本は“話してもいいかもしれない”、“受けとめてもらえるかもしれない”と遺族が感じられる地域性が他よりもあるのかもしれない」と言葉をいただきました。—熊本県民として、この言葉は率直にとてうれしかったのですが、みなさんは日々どう感じておられるでしょうか…？

受けとめられる“誰か”、それをみなさんが実感できる“誰か”が、一人でも増えていくように、今後も啓発活動を続けていきたいと思います。

最後になりましたが、新しい年がみなさまにとって、穏やかな一年になりますようお祈り申し上げます。

