



7月12日の熊本広域大水害による被害に遭われた皆様にお見舞い申し上げます。
うだるような暑さが続いておりますが、お変わりありませんか？
今回は、相談会のご案内と、7月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。



自死遺児に対する相談支援事業のお知らせ



かたらんねだより13号でもご紹介しましたが、NPO法人自死遺族支援ネットワーク Re（山口和浩代表）が、長崎県の委託を受けて、大切な人を自殺で亡くした子どもたちの相談会（個人面談）を再度開催されます。子どもだけでなく、保護者や、子どもと関わりのある人も対象です。また、相談会と併せて、自死遺児電話相談ダイヤル（無料）も開設されています。

なお、この事業のご案内は、Reのホームページからご覧いただけます（<http://re-network.sakura.ne.jp>）。

◆相談会◆

- ◎8月 1日（水） 10:00～12:00
アルカス佐世保 小会議室（長崎県佐世保市三浦町 2-3）
- ◎8月11日（土） 14:00～16:30
大村市コミュニティセンター（長崎県大村市幸町 25-33）
- ◎8月24日（金） 13:30～16:00
長崎市男女共同参画推進センター アマランス
（長崎県長崎市魚の町 5-1）

◆電話相談◆

- 【番号】080-2753-3625
- 【時間】毎月第4金曜日 18:00～20:00、第3土曜日 13:00～17:00
- ※不在の場合には、留守番電話にお名前とご連絡先をメッセージにてお願いします。折り返しご連絡されるそうです。

◆お問い合わせ◆

NPO法人自死遺族支援ネットワーク Re

【メール】 info@re-network.jp

【電話】 090-5280-5032



ご遺族からのメッセージ

7月のかたらんねには、4名のご参加がありました。
メッセージをご紹介します。



はじめて参加させてもらいました。やっぱりきてよかったと思いました。

徐々に参加させていただきましたが、自然にグループの中に入れていただき、嬉しかったです。
主人を亡くし、2年半もたちますが、その時々で、感情のゆれはあり、こうして語れる場があるということを、改めて感謝しています。
日々の生活を大切にしながら、そして、時々ふり返ったり立ち止まったりしながら、生きていこうと思っています。

“かたらんね”は日常生活で疲れてしまったときにも“ふっ”と息をつくことのできる場でもあることに気がつきました。ストレスがかかっているときは呼吸が浅くなっていることが多いと聞いたことがあります。深呼吸だけでもストレスが軽くなるかもしれません。

それぞれの立場でいろんな感じ方があり、どれが正しいとか間違っているとかはないのだと思いました。話をきいてくれる人がいる、場所があるそれはとても幸せなことです。

次回の“かたらんね”開催予定

【開催日時】H24年9月27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。

先日、阿蘇市の避難所へ県の災害支援で訪問しました。自宅の片づけもままならない方がほとんどで、疲労と不安でいっぱいの中、声をかけると笑顔でお礼を言われ…複雑な気持ちでした。私もし同じ立場だったら、そういった人を避けるんじゃないかと思うからです。話すことでホッとする方、反対に、距離を保つことが安心な方、どちらにも寄り添えるような支援を続けていきたいと思いました。

“かたらんね”はいつでも、みなさんをお待ちしています。

