

# Remember 便り

28号 2010.4.24  
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

フランシス・リドレイ・ハヴァガル

友達とか 一度は話を聞いてくれますが  
やはり 何度もは・・・  
聞きたくないのが本心ですよ。

ここでは 同じ気持ちを話し 聞き  
安心できました。

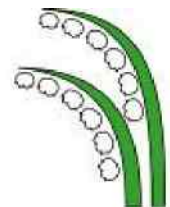
3月に参加された方のメッセージです



不安定な気候の今年の春ですが、お変わりございませんか。

3月の集いに参加された方々から頂いたメッセージをご紹介します。

- ★ 30年間忘れたいと思いつけ、今少し父の死と向き合い、気持ちを整えたいと考えています。  
今日はほとんど話もできませんでしたが、次回から少しずつ話せれば、こころの整理がついてゆくのかもかもしれません。
  
- ★ 肌寒い日が続いていましたが、リメンバーに参加して気持ちがあたたかくなりました。4月は息子の誕生日が来るので、また落ち込みますが頑張ります。
  
- ★ 本日参加して、リメンバーの意義を知りました。  
まだ自身が分かち合うほどの心の余裕はありませんでしたが、ただ同じ痛みと悲しみを持っている人たちと、どこかでつながっているという気持ちは出てきました。  
私は息子の死因を世間にひた隠しにし、いわば世の中と断絶状態で生きています。強がって生きた部分は我が身への痛みとなり、それが分かっているでも直すことのできない思いが根深くあるのです。  
18年を経た今、あまりに永すぎた過去も現在も捨てることはしたくはありません。息子を二度失うことはできませんから。
  
- ★ 半年ぶりに参加しました。  
来て良かったです。  
一人ではないと強く思いました。  
キョウコ
  
- ★ 子どもを喪した親の気持ちはみんな一緒です。  
身体がバラバラになって心臓が痛いし、涙はポロポロ。  
でも泣いても子どもは旅立ってしまった。  
「おかあさーん」と子どもが大きく手を振っている。  
あちらの世界から、こちらの世界へ。  
だから私は答える「永遠に愛してるよー」って。  
最高に幸せなお母さんだよ、おまえと出会えて。



## 全国自死遺族総合支援センター主催

「そもそも自死遺族支援とは？PART2」に参加して

「自死遺族支援、さまざまなニーズに応えるために、

～つながる・知る・学ぶ・発信する～」

3月6～7日(1泊2日)東京で行われた全国自死遺族総合支援センターのシンポジウムに参加してきました。

初日は夕食のあと、2部屋に分かれて各地から参加したメンバーでの座談会が行われました。

全国から多くの方が参加され、各々の活動の愚痴や悩み等が語られていました。それは、まさにサポート側の分かち合いの場だったように感じました。

2日目は専門家によるシンポジウムと各地の活動報告が行われました。

活動報告では遺族会をはじめ半年ほどの方々や活動5年目のリメンバー福岡、子どもたちに寄り添う活動を行っているの方々による報告でした。

多くの質問や意見のやり取りがなされ、いろんなグループや行政が自死遺族支援に向けて活動されていることがわかりました。それは、決して同じものではなく、それぞれのグループに合った方法で、それぞれの視点で行われていることに大変興味をもちました。

そんな中、ある方の“木を見て森を感じるもよし、森を見て木を感じるもよし”という表現に衝撃を受けました。リメンバーは、人(木)をみて社会(森)を感じ、5年間、大切にたいせつに活動されてきたんだなあ～と。

2日間参加して、支援という言葉を使わなくていい、いろんな立場の人が生きやすい社会になれば良いなあ思うようになりました。

遺族スタッフ



みなさまから、心暖まるご寄付を頂戴いたしました。



- ・長崎県大村市 宮田 雄吾 様
- ・福岡県北九州市の方より切手を届けて頂きました。

リメンバー福岡は市民ボランティア団体として、みなさまからの善意で成り立っております。  
ありがとうございました。

### リメンバー福岡自死遺族の集い 次回ご案内(第34回)

日時 2010年5月23日(日) 13時から16時まで

★ 13時受付開始・13時15分までにお越しください

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35回遺族の集いは2010年7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】 rememberfukuoka@yahoo.co.jp お問い合わせ・ご意見など

【HPのアドレス】 <http://www.rememberfukuoka.com> 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 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

