

朝晩の冷え込みが増してきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、“かたらんね”だよりも、第2号の発行となりました。

今回は、9月に精神保健福祉センターが主催して実施した、山口和浩氏（NPO 法人自死遺族支援ネットワーク Re 代表）の講演のようすや、九州各地の自死遺族ミーティングの実施状況などをお伝えします。



自死遺族のための講演会



9月3日、ウェルパルクまもにて、自死遺族支援ネットワーク Re 代表の山口和浩さんをお迎えし、自死遺族のための講演会を開催しました。当日は、ご遺族の方々や、自死遺族支援に携わる支援者の方々が数多く来場されました。

山口氏は講演の中で、加害者にも支援者にもなりうる周囲の対応のあり方や、自死遺族が抱える課題などについて、ご自身の体験を交えながら話され、「事実から目をそらさず、ひとりひとりに寄り添うサポートを」と述べられていました。

また、講演会終了後にはご遺族のみの交流会も開かれ、これまで一人で抱えてきたさまざまな思いを語り合ったり、遺族であり支援者の中心としても活躍されている山口氏に直接質問したりする場となりました。

<参加されたご遺族からのメッセージ>

- ・私たち自死遺族は、常に心に蓋をして毎日を暮らしています。講演の中で、自殺予防に対する心の葛藤と、自死遺族を1人でも減らしたいという相反する気持ちについて語られましたが、まさにその通りだと思いました。でも今は自殺予防に力を注ぎたいという気持ちが大です。いのちは地球よりも重いことを日々痛感しています。
- ・私自身、先に妹を自殺で亡くしました。私がしっかりしなくては、他人に知られないように、等、共感することがたくさんありました。私にも本音を言える時がくればと思いました。



自死遺族支援研修会～できることから始めよう～



翌4日には、山口和浩氏による、自死遺族支援のための研修会を開催しました。遺族が抱える課題を、情報・生活・心理の3側面から考え、提供すべき情報や避けることが望ましい態度など、具体的なアドバイスがなされました。

この研修会には、市や県の職員のほか、自死遺族に携わる可能性がある医療関係者などの参加があり、現在の取り組みや、今後取り組みそうな課題として以下の意見・感想が寄せられました。

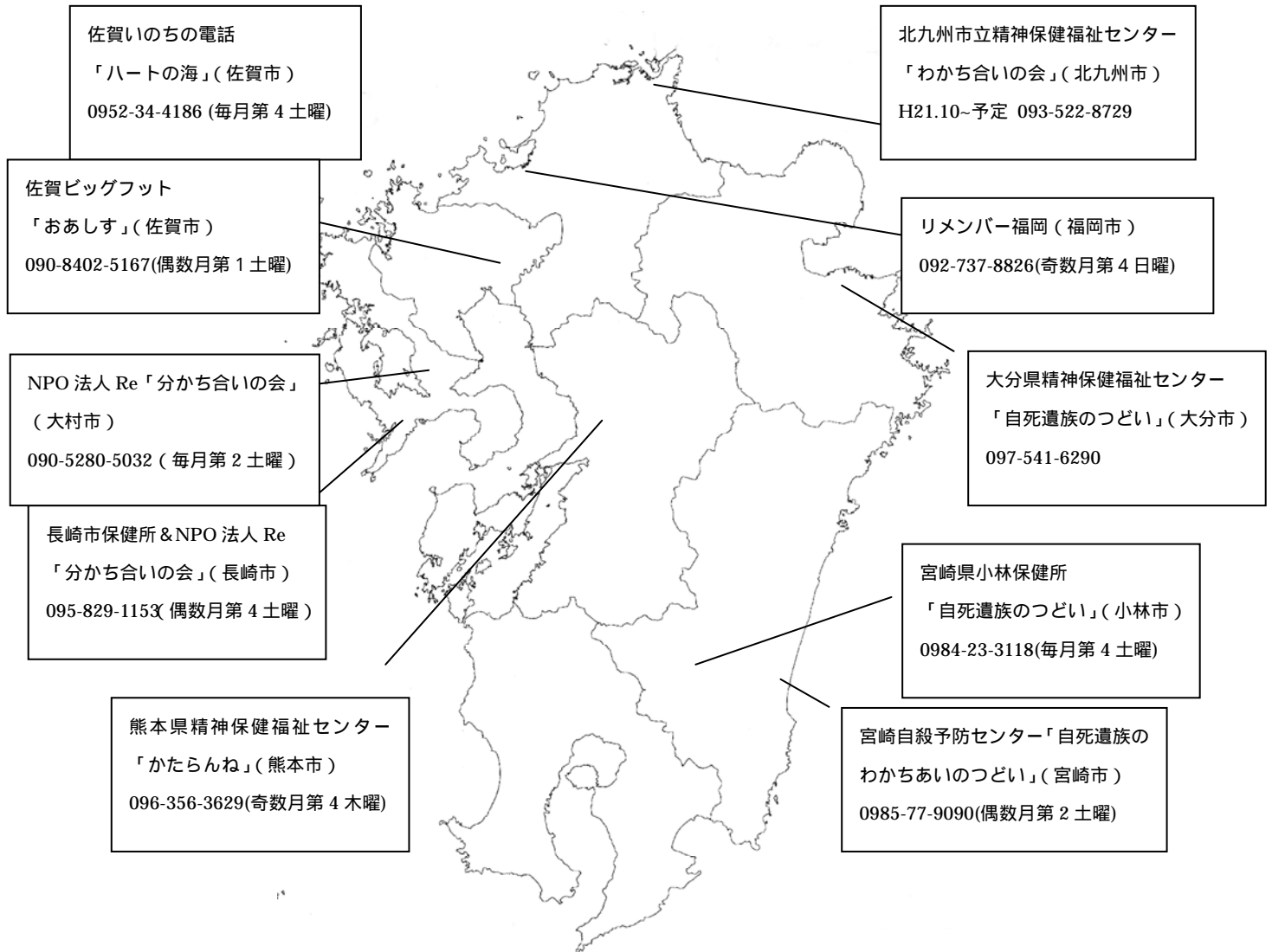
- ・遺族の方のそれぞれの想いに寄り添いながら、できることから始めたいと思います。
- ・リーフレットの作成等で相談窓口の案内などできたらと考えています。
- ・「自死遺族」ということで遠巻きにしない社会作りに協力したいと思いました。



九州各地の自死遺族グループミーティングのご案内



現在、九州圏内では以下の 10 ヶ所で自死遺族グループミーティングが開催されています。



お知らせ

今後の「かたらんね」の開催予定をお知らせいたします。

開催日：11月26日、1月28日、3月25日(奇数月第4木曜日)

時間：14時～16時

場所：精神保健福祉センター 3階研修室

096-356-3629

*また、偶数月第3・4木曜日、奇数月第3木曜日には個別面接も行っていきます。ご希望の方はお電話にてご予約ください。