

新たな出発のために

社会福祉法人 佐賀いのちの電話
自死遺族支援担当理事

吉木 一雄

昨年、平成23年11月12日～13日 日本いのちの電話連盟加盟の5センター(仙台、千葉、栃木、奈良、佐賀)による全国自死遺族支援センター合同研修大会が佐賀で行われた。

はじめに、各センター間の情報交換の後、いのちの電話による支援の在り方や今後の活動が話し合われた。遺された方への継続的な支援と2次被害の防止の大切さを討議された。

その後、長崎県で自死遺族のつどい「Re」を主催しているらっしゃる山口和浩先生による研修会があり、遺族の心理や置かれている立場や複雑な思いで毎日を過ごしていることを学びました。

自死は平成10年から13年間3万人を下ることなく、それにより毎年14万人の方が遺族になられます。身近な人との突然の別れで人生設計が狂い、自責の念や周囲からは偏見の目で見られ、ひっそりと身を潜めるようにして暮らし、中には身体的症状、精神的、心理的に不安になり不安障害で治療を要する方も少なくありません。

自死された方もその人の「人生」を一生懸命に生きて生き抜いてこられたのです。でも社会の情勢に追われ「追い込まれた末の死」を選んだのでしょう。決して気が弱いからとか親族を見捨てたことではありません。未練があっても逝ってしまったのです。その人の生前の思い出や、

人となりを語り合っその人の「人生」を尊重したいものです。

佐賀いのちの電話では『ハートの海』という遺族の集いを開催しています。

集いでは「つらい、誰かに聴いて貰いたい」ということを話し合う場です。同じ体験をした人同志が苦しかったこと、辛かったこと、悩んでいること、楽しかったことを話題にしなが、故人を偲ぶひとときです。ひとりじゃないという実感が沸き、一歩先を行くモデルの存在に気づくことです。そして自分自身の解決策や生きる望みが見つかり、安定した生活に向かわれ新たな出発をして頂くことを望んでいます。

行かない、行けない、話せない、1回限りでも良いのか、複雑な気持を持っておられるでしょうが、話すことで自分を解放しましょう。

(偶数月の第4土曜日 アバンセにて開催)

