

れんげの会 設立五周年記念講演会

2009年12月19日(土)

コラッセふくしま 5階 小研修室



このプログラムは、日本財団の助成金により作成しました。

プログラム

9:50~ インフォメーション

10:00 開 会

代表あいさつ

10:10~ 記念講演

守心して悩むことのできる社会

~いのちのあり方・向き合い方~

講師:藤澤克己さん

(自殺対策に取り組む僧侶の会代表)

11:10~ 5分間休憩

11:15~ 対談 出会い・つながり 藤澤さん vs 金子

11:45~ 質疑応答

11:55 閉 会

五年の歳月を振り返って

本日、多くの方々のご理解とご支援のおかげさまで、この日を迎えることができたことに心から感謝申し上げます。ありがとうございます。

れんげの会は、2004年12月19日 自死遺族支援を主たる目的として、誕生しました。当時、自死遺族のつどいの場は全国にも20数か所ほどしかなく、もちろん南東北には皆無でした。遺族の方々の現状を知り、つどう場を作りたいと思うものの、そのノウハウもなく手探りの中でのスタートでした。2005年アメリカで遺児の心のケアを長年実践しているダギーセンターの講師が来日しており、遺児のケアについて、学ぶ機会を得ました。翌2006年1月には、れんげの会主催で、自死遺族支援のためのファシリテーター研修を行い、県内だけでなく東京や仙台などからも遺族のサポートの必要性を感じた人々が集まりました。現在でも当時の参加者たちが、それぞれ各地域において活動を続けていらっしゃることは、大変にうれしいことです。

また、同年には、私ども民間団体の署名活動などにより民意を表し、超党派の議員の方々の尽力で議員立法として「自殺対策基本法」ができ、自殺は社会全体の問題であると位置づけられました。これにより、民間団体だけでなく、行政も積極的に自殺対策に取り組めるようになり、翌2007年の自死遺族支援全国キャラバンでは、福島県が共催でシンポジウムを運営し、まさに官民合同で自殺対策に取り組んでいく意思を示してくれました。

2005年12月から開催している自死遺族のわかちあいの会も隔月ではありましたが、一度も休むことなく続けることができましたし、今年2009年は、長年の念願でありました小中学生遺児のつどいを東北地方で開催することができ、子どものグリーフケアの一步を踏み出すことになりました。子どもたちが将来に希望を持つための一助になるよう理解者の輪を広げていければと考えています。

しかしながら、様々な活動をしてきたものの残念ながら、自ら命を絶つ人は、後を絶ちません。そこには遺される遺族がいます。たとえ自死は社会のひずみによるものだと位置づけられても、亡くなった人は二度と戻ってくることはなく、悲しみも消えることはありません。遺された人の心の痛みに気付き、見守っていける社会、そして何より、辛く苦しい時も死を選ばずにすむ社会にしていくために、これからも、私たちにできることをともに考え、実行していけたらと思うばかりです。

れんげの会代表 金子久美子

安心して悩むことのできる社会～いのちのあり方・向き合い方～

私たちが生きているうちには、楽しく嬉しい場面に出逢うこともあります。が、「人生楽あれば苦あり」というように、誰にでも苦しいとき、辛いときが必ず巡ってきます。苦難に出逢ったとき、多くの人は耐え忍び、支援を求め、なんとかやり過ごすことができるのですが、中には生きていくことができないと思い詰め、残念ながら自ら命を絶ってしまう人がいらっしやいます。自死（自殺）するしかないと思悩んでいる方、残念ながら大切な人が自死してしまった方、希死念慮を持つ身近な人にどう接すれば良いのか困っている方など、それぞれの立場で自死に対する様々な思いを持って暮らしていることと思います。

私はこれまで自死を取り巻く問題に関わって活動してきました。その中で気付かされたこと、教えてもらったことなどを紹介しながら、私なりの「いのちのあり方・向き合い方」をお話しさせていただきます。

今、どうして生きていくことが大変なのか、どうすれば自死しなくて済むような社会になるのか、どうすれば安心して悲しむことができるようになるのか。その答えはこの時代、この社会を共に生きる私たちが知恵を出し合って見つけていくことだと思います。私からの提案は「安心して悩むことのできる社会」を目指すことです。



プロフィール

藤澤 克己（ふじさわ・かつみ）

自殺対策に取り組む僧侶の会 代表

浄土真宗本願寺派安楽寺（東京都） 住職

1961年生。神奈川県出身、早稲田大学第一文学部卒業。

ITエンジニアとして約20年間のサラリーマン勤めの後、自殺対策のNPO活動に従事。

2007年5月、東京近郊の僧侶有志と「自殺対策に取り組む僧侶の会」を立ち上げ、代表に就任。

れんげの会の出会いとあゆみ

- 2000 あしなが育英会編集小冊子「自殺って言えない」
NHKクローズアップ現代「お父さん死なないで～親の自殺 遺された子どもたち～」
これらの発信に触れ、個々に意識を持ち始める。
- 2002 自死遺児との出会い、意識は高まり、社会の中での自殺予防を模索し始める
- 2003 自殺予防に関心を持つ女性3名が会う。自殺予防を考える有志の会発足
- 2004 5月あしなが育英会西田正弘さんを講師に座談会の開催
9月日本ホスピスケア研究会自死遺族部会に協力
12月れんげの会設立。(花言葉:あなたの苦しみを和らげるから名付けた)
- 2005 1月～読書会の開始。
5月福島大学で初めて講義に招かれ、自殺予防を学生に伝える(現在に至る)
9月応用心理学会公開パネルディスカッション パネラーとして発表
10月ダギーセンターの子どものためのグリーンケア研修に参加
11月福島学院大学でも自殺予防教育プログラム講義(現在に至る)
12月れんげのつどい(第1回) 南東北初の自死遺族のわかちあいの会開始
- 2006 1月 福島で初めての自死遺族支援のためのファシリテーター養成研修
自殺対策の取り組みを訴える署名活動に協力
6月議員立法によって「自殺対策基本法」成立し、民間の活動も活発になる
近隣にも自死遺族の会ができ始める。仙台藍の会(7月) 仙台グリーンケア研究会(9月) 仙台いのちの電話すみれの会(10月) いちばん星の会(翌年1月)
- 2007 5月福島県立医大神経精神医学講座にて講義(現在に至る)
9月 自死遺族支援全国キャラバン in 福島 主催(福島県共催)
講師:ライフリンク清水康之さん パネラー:尾角光美さん(自死遺児)
成井香苗さん(臨床心理士) 西田正弘さん(あしなが育英会)
11月ミニ講演会:講師:斎藤勇輝さん(自死遺児)橋本節子さん(臨床心理士)
- 2008 3月公開講座 講師:根岸 親さん(あしなが育英会 OB・自死遺児)
・ 3月「自殺予防・自死遺族支援の現場から」民事法研究会出版 共著
7月「自殺で家族を亡くして～私たち家族の物語～」三省堂 共著
11月公開講座 講師岩淵 敬さん(福島県弁護士会弁護士)
- 2009 1月講演&ミニコンサート 講師:藤本佳史さん(自死遺児)
対談:藤本さん&慶子さん、司会:増子博文さん(福島医大神経精神医学講座)
2月ダイヤル綴り箱試行
5月子どものためのグリーンケア研修 主催
9月あしながレインボーハウス視察、10月レインボーハウス実習
11月小中学生遺児のつどい(仙台)
12月五周年記念講演会 講師:藤澤克己さん(僧侶)

れんげの会の活動

目的

- 1、自死遺族のこころのケア
- 2、自殺予防の啓発
- 3、自殺未遂者やその家族の援助

活動内容

- 1、れんげのつどい 偶数月第3土曜日 午後
自死で家族や恋人、親友など大切な人を亡くした方々
- 2、つづり箱の運用
心の苦しみや辛さ、人には言えない悩みなど書き綴ってメールや郵便で届ける宛先です。
書くことで、心を静めていただくためのものです。
宛先: 960-0199 福島東郵便局私書箱 14 号 れんげの会つづり箱
メール tuduribako@kokorosasae.jp
- 3、れんげ通信の発行
連絡をいただいた遺族の方や賛助会員の皆様、そして、つながりのある関係者の方々へ郵送しています。ホームページからダウンロードもできます。
- 4、自死遺族支援の理解や自死の予防の啓発のための講演会等

今後の活動

- 1、メッセージパネルの展示 2010年3月に実施予定
自死の予防だけではなく様々な買う度からメッセージを伝える内容にしますので
お楽しみに！次年度は、これらを県内各地で展示できればと考えています。
- 2、小中学生遺児のつどいの継続&充実
今年度は、11月のみだったが、今後は、回数を増やし、参加できる機会をたくさん作りたいと考えています。また、福島からたくさん参加していただけるように努めたい。

お願い

- 1、支援して下さる賛助会員を常に募集しています。運営資金のご援助をお願いします。
- 2、れんげの会の活動を一緒にませんか？子どものつどいのファシリテータ(大学生歓迎)
やれんげの会のスタッフは適宜募集しています。関心のある方は、メールで連絡をお願いします。



福島自死遺族ケアを考える会 れんげの会

〒960-8041 福島市大町 7-25 アクティ大町ビル

電話 024-563-7121 FAX 024-563-7122

携帯 090-6623-8341

E-MAIL reng@kokorosasae.jp

URL <http://www.kokorosasae.jp/>