

笑顔や幸せの輪を広げるために

自死遺族支援自助グループ「あんじゅ」

年間の自殺者数が三万人を超え続け、依然として高い水準で推移する中、自殺予防や自殺者親族等に対する支援が施策に位置付けられています。遺族を支援する民間の団体も生まれ、その多くは「死にたくて死んだのではない、自ら死を選ぶしかなかった」という意味で、自死という言葉を使いません。今回は、自死で子どもを失った家族を支援する自助グループ「あんじゅ」代表の南山みどりさんに、お話を伺いました。

遺された家族の苦しさ

自死で子どもを失った家族は、喪失感だけでなく、罪悪感や自責の念を抱えることが少なくありません。そうした家族の一人である南山さんも、周りに責められたり、自分自身が許せなかったりと、長い間苦しみました。しかし、日々を丁寧に生きようと思えた時から、「少しでも同じような体験をされた方のお役に立てることがあれば」と考えるようになり、さま

生きていくための支援をしたい

かけがえのない大切な存在を失った時、特に子どもを亡くしたり、身近な人を自死で亡くす経験をすると、表現できないほどの深い悲しみを抱えます。再び生きていくというエネルギーを取り戻すためには、心の中に閉じ込めていた自らの気持ちを、安心して、繰り返し何度も語ったり、誰かに聞いて



思いを語っていただくためにも、ただ聴くだけでなく、気持ちに寄り添って対話することが大切という南山さん

てもらえたという実感を得ることが大切です。同じ経験をした者同士で語り合える場合は、そうした機会としてとても重要です。しかし、同じ経験をされた者だけが考え、寄り添えば良いわけではありません。苦しいということを言えずにいた人が、ようやく苦しいと言えた時、相談窓口など最初につながった場面での一つひとつの対応がとても大切と南山さんは言います。それは、相談だけでなく、地域、学校、職場など、さまざまな場面において、私たち一人ひとりができることでもあります。

「生きる支援、生きていくための支援をしたいのです。そして笑顔や幸せの輪を広げていきたい」という南山さんとスタッフの思いが、「あんじゅ」の活動を支えています。

（市町村社協支援・福祉ボランティア活動支援担当）

「あんじゅ」は、電話や来所による相談を中心に活動しています。まずは、お電話にてご相談ください

活動日：毎月第2木曜日

◆電話相談
午前11時～午後1時
☎045-312-1121(内3502)

◆来所相談
午後1時30分～午後3時30分
かながわ県民センター15階
第2相談室
参加費500円(お茶・資料代)
ホームページ
<http://www1.c3-net.ne.jp/aniju/>

防火管理者の皆様へ

消防用設備等点検時には**無償**で点検推進指導員を派遣し防火管理者の立会を支援いたします。

家族防災会議を開きましょう！

(執筆) 神奈川県温泉地学研究所 杉原英和次長

9月1日は「防災の日」です。1923年(大正12年)に関東大地震が発生した日であり、地震防災等に準備をしてもらうために、1960年(昭和35年)に閣議了解により「防災の日」とされました。行政や公共機関、民間企業だけでなく、自治会・自主防災組織等で防災訓練が実施されますが、皆さんもこの機会に家族の方々と防災会議を開き、近所の広域避難地(場所)や危険な場所を確認したり、避難袋の中身を確認しましょう。



〈避難地(場所)のマーク〉

消防用設備の
安心を保障します



(財)神奈川県消防設備安全協会
☎ 045-201-1908

「福祉タイムズ」への「意見・感想」をお待ちしています！
k3k3k3@knsyk.jpまでお寄せください。

発行日 2011年平成23年8月15日 毎月1回15日発行 発行所 〒221-0844 横浜市神奈川区沢渡4番地の2
社会福祉法人 神奈川県社会福祉協議会 TEL 045-311-1423 FAX 045-312-6302 編集発行人 鈴木和夫

印刷所 株式会社 神奈川機関紙印刷所