

大切な人を自死で亡くされた方にわたしたちができること

大切な人を自死で亡くされた方は、深い悲しみだけでなく、周りの方による配慮のない言動などによって深く傷ついてしまうことがあります。

自死の原因は一つだけではなく、様々な出来事が複雑に絡み合っているとされています。様々な悩みを抱えた時に、心理的に追い詰められることは誰にでも起こりえます。周りの人が安易に自死の理由を決めつけることや、「どうしてこんなことに」「なぜ防げなかったの?」などの言葉かけによって、傷つくことがあります。そういった心情に配慮し、「苦しく大変な思いをされたんだ」という気持ちで寄り添うことが大切です。

一方的な考えや
意見を押し付けない

孤立しないよう
寄り添い見守る

安易な励ましや詮索は
せず想いを受け止める

あなたの周りに、大切な人を自死で亡くされ、つらい思いや困りごとを抱えている方がいらっしゃいましたら、安心して胸の内を話せたり、困りごとを相談できたりする場所があることをお伝えください。

遺族同士で思いを語り合う集いを開催しています

リメンバー名古屋自死遺族の会 《偶数月に開催》

F A X 020-4668-8925
E m a i l remember_nagoya@yahoo.co.jp
ホームページ <http://will.obi.ne.jp/remember>

～こころの居場所～AICHI自死遺族支援室 (奇数月に開催(1月を除く))

F A X 0561-52-3150
E m a i l cocoroibasyo@yahoo.co.jp
ホームページ <http://cocoroibasyo.org>

大切な人を自死で亡くした方を対象とした主な相談窓口

自死遺族相談 (面接相談・予約制)

- ・**愛知県精神保健福祉センター**
(名古屋市を除く愛知県内にお住まいの方)
第3木曜日 14:00～15:30 連絡先 052-962-5377
(予約は平日9:00～12:00、13:00～16:30)
- ・**名古屋市精神保健福祉センターこころば**
(名古屋市内にお住まいの方)
第3火曜日 10:00～12:00 連絡先 052-483-2095
(予約は平日8:45～17:15)

人権に関する相談機関のご案内(名古屋法務局人権擁護部)

■全国共通人権相談ダイヤル

- みんなの人権110番** (全国共通ナビダイヤル) **TEL:0570-003-110** (ゼロゼロみんなのひやくとおぼん)
- 女性の人権ホットライン** (全国共通ナビダイヤル) **TEL:0570-070-810** (ゼロナナゼロのハートライン)
- 子どもの人権110番** (全国共通フリーダイヤル) **TEL:0120-007-110** (ゼロゼロナナのひやくとおぼん)

■外国語人権相談ダイヤル **TEL:0570-090911** (ナビダイヤル) 平日 9:00～17:00 (以上 平日 8:30～17:15)

対応言語 英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語
*この電話は民間の多言語電話通訳サービス提供事業者に接続の上、管轄の法務局・地方法務局につながります。

あいち人権啓発プラザ ご案内 運営時間 月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時から午後5時15分まで

交通案内

- 地下鉄名城線「市役所」下車(2番出口)

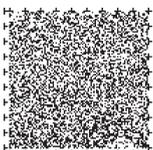
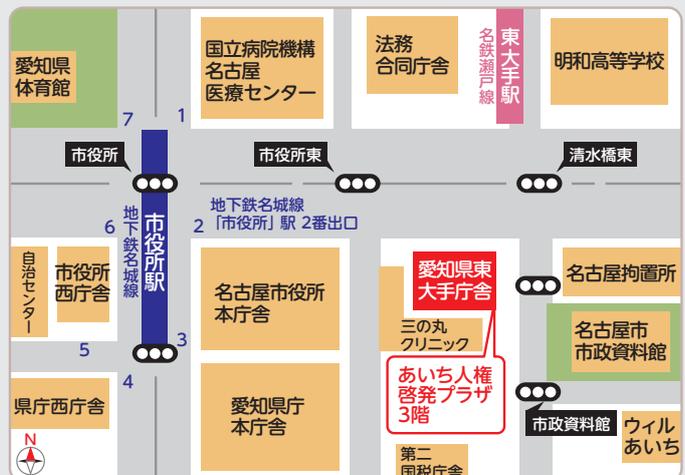
東へ約300m

<名古屋駅から>

- ①地下鉄東山線(藤が丘行)乗車、「栄」で乗り換え
→地下鉄名城線(右回り、市役所・大曽根方面)乗車
「市役所」で下車
- ②地下鉄桜通線(徳重行)乗車、「久屋大通」で乗り換え
→地下鉄名城線(右回り、市役所・大曽根方面)乗車
「市役所」で下車

- 名鉄瀬戸線「東大手」下車 南へ約300m

- 基幹バス「市役所」下車 東へ約400m



愛知県民文化部県民総務課人権推進室

〒460-0001 名古屋市中区三の丸3丁目2番1号 愛知県東大手庁舎 3階

電話番号:052-954-6167 FAX番号:052-973-3582

人権推進室のホームページ:<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/jinken/>