

大切な家族とのお別れ…  
その思いを 過ぎし時を 今を  
そして未来も  
一緒に語りませんか…

自死でわが子を喪った親の  
自助・他助グループ  
**あんじゅ**

自死で家族を喪った本人の会  
**虹のかけはし**

「虹のかけはし」

自死で家族を喪った本人の会

2007年10月に神奈川県社会福祉協議会セルフヘルプ  
活動の一環として立ち上げました。

「あんじゅ」

自死でわが子を喪った親の自助・他助グループ

同じような経験をした親が語りあえる場を持ちたいという  
思いで、2010年10月に活動を開始しました。

定例会のほかに

参加者の希望で勉強会や講演会の開催

神奈川県社会福祉協議会との協働事業や

自死対策に関する勉強会・フォーラムなどにも参加して  
おります。

「人と人」が「心と心」が触れあえるような  
心あたたまる時を過ごしながら

笑顔や幸せが広がることを目指しております。

あなたは生きていだけで価値があり

他の誰かを助けていることを忘れないでください…

「一緒に語りませんか」

*Agge*

あんじゅ(アンジュ)は

フランス語の“ange”「天使」という意味です。

また母と子が離れ離れになった後に池に入水して  
亡くなってしまった「安寿と厨子王丸」で語られている

母の哀しく切ない思いをうたった

「安寿恋しやホウヤレホ。厨子王恋しやホウヤレホ」

からいただいて「あんじゅ」としました。

あの子を喪った瞬間に  
何かが音を立てて崩れ落ちた  
時が止まり  
すべてが終わってしまった  
そう思いました

どれほど悔やみ悲しみ嘆いて  
もうこれ以上は泣けないと思うほど 泣いて 泣いて  
それでも涙はあふれ出てきて  
どれほど泣きあかしたことでしょ

悲しみは今も私の内にありますが  
それでも精一杯生きています  
生きてきてよかったと思っています。  
そして今、心から願う事は…  
同じ悲しみを繰り返してほしくないということ…

あなたは独りではありません  
悲しんでも泣いてもいいのです  
思わず笑ってしまったり…  
泣きながら笑ったり…  
笑いながら泣いたり…  
お話ができない時もあると思います…  
その時々のお気持ちにそっと寄り添ってみませんか…

わが子とすべての人に  
「生まれてきてくれてありがとう」

代表 南山 みどり

## ◆ 活動のご案内 ◆

毎月 第三水曜日 14:00~16:00

活動日

隔月(偶数月) 第一木曜日 13:00~16:00

自死でわが子を喪った親

対象

自死遺族本人

参加費

一回 500円をいただいております。  
※参加費は美味しいお菓子とお茶代、運営費として使わせていただきます。

会場

かながわ県民センター 12階 第2相談室  
※活動日や時間等の変更、オンラインでの開催となる場合があります。  
活動予定は「あんじゅ」および「虹のかけはし」のホームページでご確認ください。  
または、かながわボランティアセンターまでお問い合わせください。

- ・学習会や講演会も開催しております。
- ・「あんじゅ」スタッフには非当事者もありますが、わかちあいは遺族のみで行います。
- ・「虹のかけはし」は遺族のみで運営しています。

あんじゅ

虹のかけはし

## ◆ お問い合わせ ◆

かながわボランティアセンター

[TEL] 045-312-4815

[ホームページ] <http://knsyk.jp/>

※「あんじゅ」「虹のかけはし」の事務局ではありません。

「あんじゅ」ホームページ  
<http://www.anjyu.net/>



「虹のかけはし」ホームページ  
<http://niji.anjyu.net/>



## ● 皆さまへのお願い ●

- ・「わかちあい」で語られる内容に対する批判やアドバイスはお控えください。また外部への持ち出しは禁止とさせていただきます。
- ・ご自身の思いを語られなくても、参加者の話を聴くだけでも構いません。
- ・政治の話、布教・営業等の勧誘はお断りします。

いつも参加した後は  
心が軽くなり「私も生きていこう」  
と思うことができます。

ここに来るまで泣けなかった  
私ですが、笑うこともできました。  
ありのままの気持ちを語ることが  
大切だと思いました。

私は同情がほしいわけでは  
ありません。私の気持ちに寄り添って  
くれる人がほしいのです。  
それが私にとっての「あんじゅ」です。

行ってみたいけど、  
怖い気持ちもありました。  
いざ参加してみると  
皆さん同じ想いを抱えてここにいる。  
「私だけじゃないんだ。」  
と、少し勇気をもらえました。

## ● 参加者の声 ●

同じ立場の皆さんと  
お話が出来て、こんな  
思いをしているのは  
自分一人だけでは  
ないのだと改めて  
思いました。

「あんじゅ」は私たちにとって、  
かけがえのない、心休まる貴重な場所です。  
今月もどんなにまた助けられたか  
わかりません。

普段の生活の中では  
他者には理解して貰えないことを  
お互いに自然に話せる  
かけがえのない場所であることを  
改めて感じた活動日となりました。