

公開講演会

『自死遺族のひとりとして』

—自死への偏見をなくしたい—

小野光江（「虹玉の会」代表）

18年前に夫を自死でなくしました。

夫が亡くなった後の学びや遺族会での経験を通して、
自死に対する自分の偏見が自分を苦しめていたことに
気づきました。そして去年… 長男も自死でなくしました。
自死への偏見が無かった為、純粹に悲しく、寂しいのです。
長男のことをきちんと語れる日が来るかどうかは分かりませ
んが、夫のことを語ることで、偏見を無くし、遺族の辛さを
少しでも減らせればと考えています。



14：00 小野光江の講演（約 40 分）

14：45 意見交換会

15：15 終わりのあいさつ

参加費無料 申し込み不要

手話通訳あり

介護福祉士
臨床聴士
（上智大学グリーンケア研究所認定）
障がい者グループホーム世話人
遺族サポート「虹玉の会」代表

日時：2026 年 2 月 1 日（日）

14：00～15：30

場所：三田市 まちづくり協働センター 講座室
（キッピーモール 6 階）

連絡先：TEL 080-8310-4982(小野)

E-mail hainijidesu1229@docomo.ne.jp

主催：遺族サポート「虹玉の会」

後援：三田市