

大切な人を自死で亡くされた方へ

～平成30年度 「相談会」と「集い」のお知らせ～

大切な人を自死で亡くした方が安心して相談できる窓口「個別相談」と、遺族同士のわかち合いや交流の場「集い」を開催しています。

大切な人を自死で喪った時、遺された人は深い悲しみを抱き、複雑な感情におそわれることがあります。「誰にも話すことができない」「自分を責めてしまう」「先のことを考えることができない」「体調がすぐれず、眠れない」……

どうか一人で悩まないでください。まずはお電話をください。

個別相談会

- 場 所 山形県精神保健福祉センター 2階 相談室
- 内 容 精神科医師による個別相談
- 相談日 随時（予約制）



集い「ティアーズの会」

- 場 所 山形県精神保健福祉センター 3階 会議室
- 内 容 わかち合い、ミニ講話など
- 開催日

時 間 13時30分～16時		
H30年4月20日（金）	8月17日（金）	12月21日（金）
5月18日（金）	9月21日（金）	H31年1月18日（金）
6月15日（金）	10月12日（金）	2月15日（金）
7月20日（金）	11月16日（金）	3月15日（金）

- 申し込み方法 初回参加時は事前の下記までお申込みください。
秘密は厳守いたします。
- そ の 他 費用は無料です。

…集い（わかち合い）とは…

様々な思いを抱えていらっしゃる方が、同じ場所とともに時間（とき）を過ごす場、いろいろな思いを語り聴き合う場です。参加者の中に、サポート役のファシリテーターが入ります。参加者は、おひとりずつ自由に胸の内を語り合い聴き合います。話したくない時は、黙って聴いているだけでも構いません。

安心して語り合うため、語られた内容は他では話さない事をみなさんと約束しています。



問い合わせ・申込み先 県精神保健福祉センター
住 所 山形市小白川町2-3-30
電 話 023-674-0139