

大切な人を自死で亡くされた方へ

2019年度 「自死遺族相談」と「自死遺族の集い」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 わかち合いなど
- 開催日 原則第3金曜日

時 間 13時30分～15時30分		
2019年4月19日（金）	5月17日（金）	6月21日（金）
7月19日（金）	8月16日（金）	9月20日（金）
10月18日（金）	11月15日（金）	12月20日（金）
2020年1月17日（金）	2月21日（金）	（祝日）3月20日（金）

- 申込み方法 初回参加時のみ、下記まで事前にお電話をください。

★ 秘密は厳守いたします。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、同じ場所でもに時間（とき）を過ごす場、いろいろな思いを聴き合う場です。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。

安心していただける場となるように、語られた内容は他では話さない事を皆さんで約束しています。



問い合わせ・申込み先 山形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