

# わかちあいの会 (自死遺族のつどい)

～大切な方を自死で亡くされた方へ～

つらい気持ちをお一人で抱えていませんか？

悲しみを話せないでいませんか？

「わかちあいの会」は遺族の方々が安心して思いを分かち合える場です。

ひとりで悩まず話してみてください。お待ちしております。

【場 所】小林保健所 1階会議室 \*建物裏側から直接会場に入ることができます\*

【日 時】毎月第4木曜日 午後1時から午後3時まで

平成31年 4月25日	7月25日	10月24日	令和2年 1月23日
令和元年 5月23日	8月22日	11月28日	2月27日
6月27日	9月26日	12月26日	3月26日

【参加対象の方】大切な人を自死（自殺）で亡くされた方

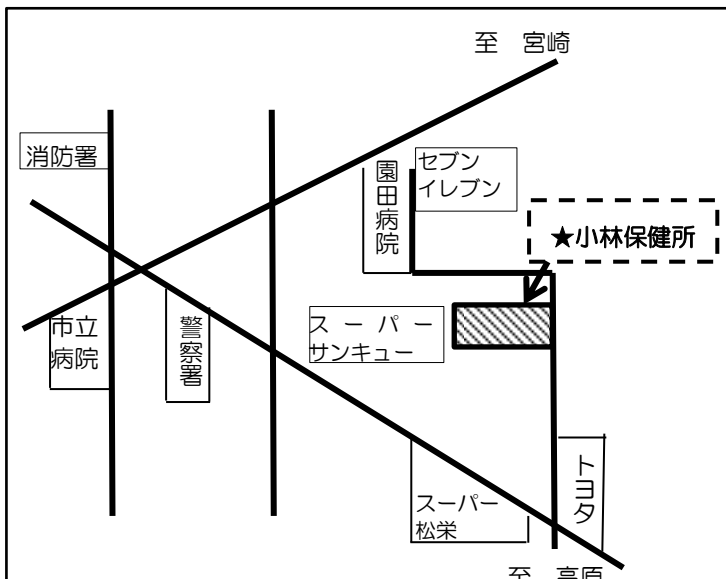
【内 容】参加者同士の語り合い・分かち合い

【参 加 費】無料（事前予約は、不要です）



## つどいでの約束事

- ① お住まいやお名前は、匿名でも構いません。
- ② あなたの思いや体験を話すことができます。
- ③ 話したくないことは話す必要はありません。
- ④ つどいの中での話は、他では話さないでください。
- ⑤ 他の方の話は最後まで聞いてください。
- ⑥ どんな善意でも相手を傷つけることがありますので、アドバイスや自分の意見は押しつけないでください。
- ⑦ 話すときは自分のことだけを語ってください。



問合せ  
宮崎県小林保健所  
健康づくり課 疾病対策担当

住所：小林市堤 3020-13  
電話：0984-23-3118