

# わかち合いの会

## 宮古

～大切な方を自死で亡くされた遺族の交流とわかち合い～

大切な人を突然に自死で失うことは、とても辛いことです。

遺された人にもたらされる衝撃は大きく、今まで普通にできていたことがとても難しく感じられたり、何気ないやりとりに心が揺らいだり、ご自分を責めたり、怒りなどの複雑な思いを抱えたりすることもあります。

「わかち合いの会宮古」は、同じ経験をもつ遺族が集い、語り合うことでお互いの悲しみを理解し、支えあう場です。

皆さんのお話を聞いたり、貴方の想いをお話ししてみませんか？

✿ 対象 家族や親族など大切な方を自死で亡くした方

✿ 内容 遺族同士のわかち合い、遺族のこころのケアに関する情報提供

●お話ししたくないときは話さなくても大丈夫です（聞いているだけでも構いません）

●プライバシーは守られます

✿ 日時・場所 お住いの市町村以外の会場にもご参加いただけます

| 月 日                    | 申込締切      | 時 間         | 場 所             |
|------------------------|-----------|-------------|-----------------|
| 6月7日（土）                | 6月5日（木）   | 13:30～15:00 | 宮古地区合同庁舎        |
| 7月22日（火）               | 7月18日（金）  | 13:30～15:00 | 山田町中央コミュニティセンター |
| 8月30日（土）<br>※公開講話と同日開催 | 8月28日（木）  | 14:30～15:30 | 宮古地区合同庁舎        |
| 11月18日（火）              | 11月14日（金） | 13:30～15:00 | 岩泉町保健センター       |
| 2月21日（土）               | 2月19日（金）  | 13:30～15:00 | 宮古地区合同庁舎        |

※ 保健師による個別の相談も随時受け付けております

お問合せ・お申込み

岩手県宮古保健所 保健課

〒027-0072 宮古市五月町 1-20

電話 0193-64-2218 FAX 0193-63-5602