

岩手県内 自死遺族交流会のご案内

～大切な人を自死で亡くされたご遺族の語り合いと交流の場～

大切な人を突然に自死で失うということは、とても辛いことです。生きていくことが難しいと感じるほどの深い悲しみを抱えることもあります。そうした心の痛みを、周囲の人に話すことは難しく、心理的・社会的に孤立してしまうことも少なくありません。

『自死遺族交流会』は、同じ経験を持つご遺族が集い、自分の体験や想いを語り合い、支え合う場です。抱える悲しみや苦しみを語り合い、分かち合ってみませんか？

●要予約です。内容、日時等は次ページをご確認ください。

☎…会場、☎…お問合せ先

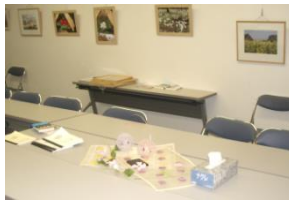
りんどうの会（分かち合い）



和やかで落ち着けるような雰囲気づくりを心がけています。

☎岩手県福祉総合相談センター
☎精神保健福祉センター ☎019-629-9617

こころサロン 北上



迷ったらお電話ください。温かく迎える仲間がいます。個別にお問合せください。

☎北上地区合同庁舎
☎中部保健所 保健課 ☎0198-22-2331

こころサロン 奥州



安心して思いを語れる「分かち合い」の会を開催しています。誰にも話せなかった思い、少しお話してみませんか。

☎☎奥州保健所 保健課 ☎0197-22-2831

こころサロン 一関



普段の暮らしの中では語れない思いを語り、聞くことができます。ご連絡、ご参加を心からお待ちしております。

☎☎一関保健所 保健課 ☎0191-26-1415

釜石・大槌わかち合いの集い



ありのままの想いを語り合い、聴き合い、そして支え合う場です。参加をお待ちしております。

☎釜石地区合同庁舎/大槌町文化交流センター
☎釜石保健所 保健課 ☎0193-25-2710

わかち合いの会 宮古



想いを語りながら、ゆっくりとした時間を過ごせる雰囲気づくりを心がけています。

☎宮古地区合同庁舎/山田町中央コミュニティセンター/岩泉町保健センター
☎宮古保健所 保健課 ☎0193-64-2218

こころサロン 久慈



誰かに思いを話すことが、生きる力になると感じます。どうぞ、足を運んでみてください。

☎☎久慈保健所 保健課 ☎0194-66-9680

こころサロン 二戸



苦しいこと、つらいことは、話すことで半減します。楽しいこと、うれしいことは話すことで倍になります。いろんなことを語り合える場です。お待ちしております。

☎☎二戸保健所 保健課 ☎0195-23-9206

わかちあいの会 (ソーシャルサポートセンターもりおか)



一人で背負ってきたものを、ここでゆっくりおろしていきませんか。

☎ソーシャルサポートセンターもりおか ☎019-652-8221

- 対象者：家族や親族など近い方を自死でなくした方
 ※思いや体験を安心して分かち合えるよう、参加は原則、ご家族を自死で亡くした方に限ります。
 ※お住まいの地域に限らず、ご希望の会に参加することができます。
- 内容：遺族のこころのケアに関する情報提供（職員）、語り合い・分かち合い
- その他：個人情報厳守します。詳しくは、下記へお問い合わせください。
 会の進行は職員が行うこともあります。
 新型コロナウイルス感染拡大状況により、日時・場所の変更や開催中止となる場合がございます。

<開催場所・日時等>

サロン名	開催日	時間	会場	申し込み方法	お問合せ先
りんどうの会 (分かち合い)	<R5> 4/15、5/20、6/10 7/8、8/26、9/9 10/14、11/11、12/9 <R6> 1/13、2/17、3/9 全土曜日	13:30～ 15:00	岩手県福祉総合相談 センター4階 大会議室	要予約 (開催日の前日 まで)	りんどうの会事務局 (岩手県精神保健 福祉センター内) 019-629-9617
こころサロン 北上	<R5> 6/24、8/26、10/28 12/23 <R6> 2/17 全土曜日	14:00～ 16:00	北上地区合同庁舎 附属棟 第2会議室	事前要予約	中部保健所 保健課 0198-22-2331 (内線：228) (担当：竹花)
こころサロン 奥州	<R5> 5/6、7/1、9/2 11/4 <R6> 1/6、3/2 全土曜日	13:30～ 15:00	奥州保健所 2階 第3相談室	要予約 (新規の場合)	奥州保健所 保健課 0197-22-2831 (内線：513) (担当：高橋、佐々木)
こころサロン 一関	<R5> 5/20、7/15、9/9、 11/18 <R6> 1/20 全土曜日	13:30～ 15:00	一関地区合同庁舎 別棟 第3会議室	要予約 (開催日の 2～3日前 まで)	一関保健所 保健課 0191-26-1415 (担当：小田島)
釜石・大槌 わかち合いの 集い	<R5> 6/28 <R6> 2/28 全水曜日	13:30～ 15:00	釜石地区合同庁舎 2階 相談室3	事前要予約	釜石保健所 保健課 0193-25-2710 (内線：255)
	<R5> 10/25 水曜日		大槌町文化交流センター おしゃっち2階 会議室2		
わかち合いの会 宮古	<R5> 5/27、9/2：公開講座 <R6> 2/17 全土曜日	13:30～ 15:00	宮古地区合同庁舎 母子相談室	要予約 (開催日の 2日前まで) ※新規参加者は 事前面接	宮古保健所 保健課 0193-64-2218 (内線：241)
	<R5> 7/5 水曜日	※9/2は 14:45～ 16:15(公 開講座と 併催のた め)	山田町中央コミュニテイ センター		
	<R5> 11/8 水曜日		岩泉町保健センター		
こころサロン 久慈	<R5> 5/29、7/31、9/25 11/27 <R6> 1/29、3/19 全月曜日 ※3月のみ火曜日	13:30～ 15:00	久慈地区合同庁舎 1階 健康増進室	要予約 (開催日の 3日前まで)	久慈保健所 保健課 0194-66-9680
こころサロン 二戸	<R5> 6/6、9/5、12/5 <R6> 3/5 全火曜日	10:30～ 12:00	二戸地区合同庁舎 1階 地域交流ルーム	要予約 (原則開催の前 日まで)	二戸保健所 保健課 0195-23-9206 (内線：230)
わかちあいの会 (ソーシャルサポ ートセンター もりおか)	<R5> 5/20、6/24、7/29 8/26、9/30、10/28 11/25、12/23 <R6> 1/20、2/17、3/16 全土曜日	10:30～ 12:00	ソーシャル サポートセンター もりおか	要予約 (開催日の前日 まで)	ソーシャルサポート センターもりおか 019-652-8221

- 分かち合いでは無理に発言を求めたりすることはありません。
- 話したくない時はパスすることができます（聞くことだけでも可）。
- 話したこと、聞いたことは、この場限りとします（秘密を守ります）。
- 職員（保健師、相談員）が、個別のご相談もお受けします。

