

～大切な人を自死で亡くされた遺族の交流&わかちあい～

# りんどうの会のご案内

大切な人を突然に自死で失うことは、とてもつらいことです。  
のこ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、なにげないやりとりに心が揺らいだり、  
ご自分を責めたり、怒りなど複雑な思いを抱えたりすることもあります。  
りんどうの会は、同じ経験をもつ遺族が集い、語り合いをすることでお互いの  
悲しみや生きることを理解し、支えあう場です。

わかってくれる人は必ずいる・・。

参加し、想いを語り、聴いてみませんか？

開催日	会 場	スケジュール
令和8年 1月 10日 (土)	岩手県福祉総合相談センター (精神保健福祉センター) 4階 大会議室 ※駐車場あり	分かち合い <u>13:30～15:00</u>
2月 14日 (土)	岩手県福祉総合相談センター (精神保健福祉センター) 4階 大会議室 ※駐車場あり	分かち合い <u>13:30～15:00</u>
3月 14日 (土)	岩手県福祉総合相談センター (精神保健福祉センター) 4階 大会議室 ※駐車場あり	分かち合い <u>13:30～15:00</u>

＜対 象＞ 家族や親族など近しい方を自死でなくした方

＜内 容＞ 遺族同士のわかちあい、遺族のこころのケアに関する情報提供

☆ 話したくない時はパスすることができます。（聴くことだけでも可）

## 【お問い合わせ】

岩手県精神保健福祉センター

〒020-0015

岩手県盛岡市本町通三丁目19番1

**TEL 019-629-9617**

りんどうの会担当： 高橋 秦野