

～ 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