

大切な人を自死で亡くされた方へ

# 令和3年度 「こころサロン二戸」のご案内

大切な方を突然自死で失うことは、とてもつらいことです。

遺された方の衝撃は大きく、今まで普通に出来ていたことがとても難しく感じられたり、何気ないやりとりでこころが揺らいだり、自分を責める気持ち、その悲しみについて語り合えることができず、怒りなど複雑な気持ちを抱えることがあります。

「こころサロン」は、こうした同じ体験を持つ方々が語り合いながら、気持ちを分かち合い、お互いに支えあう場です。

この場でしか話せない思い、お話してみませんか。



## 対象

御家族など身近な方を自死でなくされた方

## 内容

遺族同士の分かち合い（お話を聞くだけでもかまいません）  
こころのケアに関する情報提供等

※保健師が個別の相談もお受けします。



## 開催日時

令和3年 7月6日（火）	10時30分～12時
令和3年 9月7日（火）	
令和3年 12月7日（火）	
令和4年 3月1日（火）	

## 会場

岩手県二戸地区合同庁舎 1階 「地域交流ルーム」  
（二戸市石切所字荷渡 6-3）

## 申し込み方法

- できるだけ前日までにお電話等でお申し込み下さい。（当日でも可能です）
- 参加の時は匿名をお使いいただいて構いませんが、お申し込みは本名でお願いします。
- 個人の秘密や情報は守ります。

### 【申し込み・問合せ】

二戸保健所 保健課

担当：三浦（保健師）

電話 0195-23-9206（内線 238）



- 当日は、マスクの着用をお願いします。
- また、発熱等体調不良の場合は、参加を控えていただくようお願いします。
- 新型コロナウイルス感染症拡大の状況により中止する場合があります。