

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で心が揺らいたり、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
12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 13:30~15:00
1月18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 13:30~15:00

※令和7年1月のわかち合いは第3土曜日へ変更となります。  
ご注意ください。

<対象> 家族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

◆ 話したくない場合は聴くだけでも差し支えありません。

お問い合わせ：りんどうの会事務局  
(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号

**TEL 019-629-9617**

担当：高原 秦野 山田