

令和6年度

自死遺族のつどい

わかちあい すみれの会

～大切な人、身近な人を自死（自殺）で亡くされたあなたへ～

ある日突然訪れた悲しみと 誰にもわかってもらえない辛さ…
いくら考えても見つからない答え…
この会は ありのままの胸のうちを語り合い わかちあうための会です
あなたのご参加を 心よりお待ちしております

予約制・無料
匿名可

【日程】 年4回 第3水曜日（詳細は下記のとおりです）
午後2時～3時 30分（受付：1時45分～）

令和 6年 4月 17日（水）
7月 17日（水）
10月 16日（水）

令和 7年 1月 15日（水）

【会場】 静岡県精神保健福祉センター
静岡総合庁舎 別館3階 多目的室（静岡市駿河区有明町2番20号）

○バスを利用される場合

1) JR 静岡駅北口 バス停の11番のりば
【県立病院高松線「登呂コープタウン方面」】
⇒「静岡総合庁舎前」

*バスの時刻（目安） 所要時間は約10分
・13:21 発
・13:36 発 （令和6年4月1日現在）

2) JR 静岡駅南口 バス停の21番のりば
【みなみ線「中田経由」】⇒「静岡総合庁舎前」

*バスの時刻表（目安） 所要時間は約15分
・13:20 発
・13:30 発 （令和6年4月1日現在）

【問合せ先】

静岡県精神保健福祉センター
電話 054(286)9245



～安心して参加していただくために～

(わかちあい すみれの会で設けてるルール)

- ・ 匿名や仮名での参加も可能です
- ・ ご自分のことをお話してください
(つらいこと、苦しみ・悩み、故人との思い出、これからの人生など)
- ・ 話したくないときはパスができます
- ・ 他の方への批判や助言は控えてください
- ・ 話された内容は外に持ち出さないでください
- ・ 布教、営業、政治活動などはお断りします

参加された方の声

ありのままの
気持ちが出せて
嬉しいです

自分の思っていること
感じていることを
聞いてもらえて
楽になりました

同じ思いを
している人が
こんなにもいることが
わかりました

みなさんとお話を
すると いつも
元気をもらいます

自分だけが
苦しいのではないと
思いました

自分の気持ちを
吐き出せる
場所があって
ホッとできます

少しころが
癒されました

ルールに沿って会が
進められているので
心おきなく話をすること
ができました

仲間がいると
感じられました

