

平成23年度



佐久あすなろの会

(佐久地域自死遺族交流会)のご案内

佐久保健福祉事務所

1 はじめに

この会は、大切な人を突然失ったというつらく苦しい気持ちを語り合い、支えあっていける場として開催しています。

残された人が抱く感情は、ひとりひとり違います。自分を責めず、自分の気持ちを大切にしていきましょう。悲しいことをそのまま受け止めることによって、少しずつ気持ちが楽になっていきます。

同じような体験をもつ仲間の中で安心して気持ちを聞くことによって心が癒されていきます。身近な地域で分かち合いがしたいとの声から、「佐久あすなろの会(佐久地域自死遺族の会)」を開催します。

2 開催日時

平成23年4月16日(土)、9月3日(土)、平成24年2月29日(水)

午後1時30分から3時30分まで(午後1時から受付します)

3 内容 自死遺族の分かち合い

<会の流れ>

会のルールの説明

(会でのことは他では話さない・話したくない時には話さなくともよいこと等)

自己紹介

分かち合い

コーヒータイム

まとめ(参加しての感想等)



4 会場 参加申込みされた方に会場を案内します。

5 費用 100円(お茶代等)

6 参加対象者

家族を自死で亡くされた方(自死された方の親・配偶者・兄妹・子ども)。

対象者以外の方の参加はお断りします。

7 参加申込み・お問い合わせ先

佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課 (担当: 甲斐)

電話: 0267-63-3164