

## 大切な人を亡くされたあなたへ

大切な人を  
自死で亡くしたことを、  
誰にも話せず  
ひとりで抱え込んでいませんか？

深い悲しみや混乱が  
ずっと続くように思えて、  
ひとりで苦しんでいませんか？

あなたの悲しみや苦しさに  
寄り添うことのできる  
相談機関があります。

同じ体験をされた方達が  
集い話し合う場があります。

あなたは、  
ひとりでは **ありません。**

## 「ひだまりの会」

～自死遺族の分かち合いの会～

- ◆対象者：自死によりご家族を亡くされた方
- ◆日時：毎月第4木曜日 午後2時～4時
- ◆会場：高知県立精神保健福祉センター  
第一会議室

この会についての問い合わせは  
高知県立精神保健福祉センター  
高知市丸ノ内2丁目4-1  
高知県保健衛生総合庁舎2階  
TEL (088) 821-4966



## 大切な人を 自死で亡くされたあなたへ



高 知 県