



## 「品川区わかちあいの会」に安心して参加していただくために

- \* 自死（自殺）で身近な人（家族・親戚・友人等）を亡くした方の集まりです。
- \* 予約は不要、匿名での参加もできます。
- \* それぞれの方がご自身の思いをお話し、聴き合う場です。  
（辛いこと、苦しいこと、故人との思い出、これからの人生等）
- \* 他の参加者へ、批判・非難やアドバイスは控えてください。
- \* 語られた内容はこの場限りとし、会の外へ持ち出さないようにしましょう。
- \* 参加者同士で連絡をとるときは、各自の責任のもとに対応してください。  
都合の悪い時には、断ることも大切です。
- \* 布教・営業・政治活動はお断りします。

### ● ● ● 東京都内相談窓口・わかちあいの会 ● ● ●

#### とうきょう自死遺族総合支援窓口

電話 **03-5357-1536**

月曜日～金曜日 14:00～18:00

日曜日 13:00～17:00（祝祭日は休み）

※原則として都内在住の方

（都内に通勤、通学、在住されていた方のご遺族等を含む。）

メール相談も行っています。詳細はHPをご覧ください

主催 東京都保健医療局



#### わかちあいの会みなと

開催日 奇数月最終水曜日 13:30～15:30

会場 みなと保健所 5階会議室

最寄駅 赤羽橋駅

問合せ 03-6400-0084

主催 港区



#### 自死遺族相談ダイヤル（自死遺族のための電話相談）

電話 **03-3261-4350**

木曜日 14:00～18:00

日曜日 13:00～17:00

（祝祭日は休み）

主催 NPO 法人全国自死遺族総合支援センター  
（グリーフサポートリンク）



#### 足立区分かちあいの会「とまり木」

開催日 毎月第1金曜日 18:30～20:30

会場 梅田地域学習センター（エル・ソフィア内）

最寄駅 梅島駅

問合せ 03-3880-5432

主催 足立区



#### 身近な人を亡くした若者のつどい

開催日 毎月第3、または4土曜日（6月・11月は休み）

開催方法 オンライン、対面 ※詳細はHPをご覧ください



#### 身近な人を亡くした子どもとその家族（保護者）のつどい

会場 聖路加国際病院小児総合医療センター ※開催日時等詳細はHPをご覧ください

主催 いずれも NPO 法人全国自死遺族総合支援センター（グリーフサポートリンク）

