

2026 年度
(令和 8 年)

身近な人を自死（自殺）で亡くした方々が、
ありのままの胸の内を語り合い、聴き合い、支え合うことを目的に
「品川区わかちあいの会」を、品川保健センターで開催いたします。
初めて参加される方やご質問がある方など、お気軽にご連絡をください。
匿名での参加も可能です。プライバシーに配慮して実施しています。
安心してご参加ください。

品川区

わかちあいの会

参加費
無料

予約
不要

対 象 身近な人、かけがえのない人を
自死（自殺）で亡くした方
※お住まいの地域に関係なく参加できます。

時 間 14:00 ～ 16:00

日 程 偶数月第 4 金曜日

会 場 品川保健センター 3 階講習室 2
(東京都品川区北品川3丁目11-22)
京浜急行線 新馬場駅（北口）徒歩 2 分

令和 8 年 4 月 24 日 金

6 月 26 日 金

8 月 28 日 金

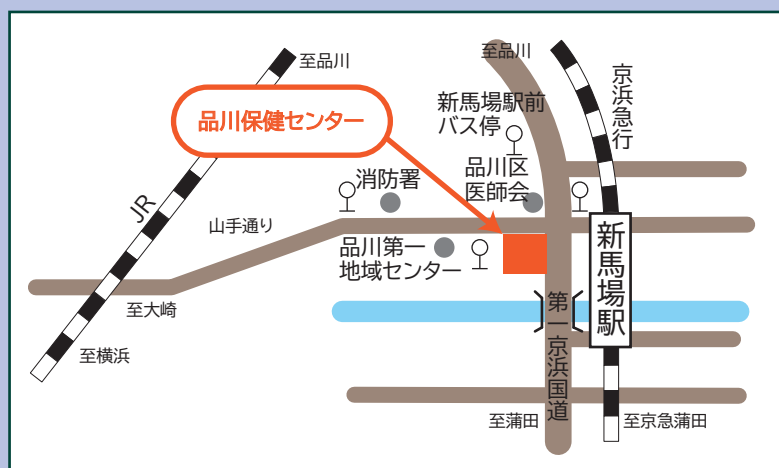
10 月 23 日 金

12 月 18 日 金 ※第 3 金曜日

令和 9 年 2 月 26 日 金

4 月 23 日 金 (予定)

※やむを得ず変更になる場合があります。



主催・問合せ 品川区健康推進部保健予防課 ☎ 03-5742-7847

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）の協力を得て実施します。

「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）

