

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

はじめて参加の方は、事前に個別でお話を伺ってからのご案内になります。
下記の日程によらずお問い合わせください。

【日程】 年4回 第4または、第5 水曜日（詳細は下記のとおり）
午後2時～3時30分（受付：1時45分～）

令和 7年 4月30日（水）、7月30日、10月29日（水）、
令和 8年 1月28日（水）
年間4回

【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7年4月7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
・13:40 発 （令和7年4月7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

少しところが
癒されました

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

みなさんとお話を
すると いつも
元気をもらいます

仲間がいると
感じられました

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

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

自分だけが
苦しいのではない
と思いました