

令和4年度

つどいのご案内

～自死遺族のつどい～

身近な方を自死で亡くされた方が
安心して胸の内を語り合える場として
開催しております。

対 象：自死でご家族やご友人、恋人など、身近な人を亡くされた方
参加費：無料

日時・場所

回	日時	場所
1	令和4年 5月28日（土） 13:30～15:30	青森市民ホール 1階 会議室5
2	令和4年 7月23日（土） 13:30～15:30	弘前市総合学習センター 2階 セミナー室
3	令和4年 9月10日（土） 13:30～15:30	八戸 ユートリー 4階 研修室
4	令和4年11月27日（日） 13:30～15:30	青森市民ホール 1階 会議室4
5	令和5年 1月22日（日） 13:30～15:30	弘前市民会館 2階 第1小会議室
6	令和5年 3月12日（日） 13:30～15:30	八戸 ユートリー 4階 研修室

中止



- ・つどいは完全予約制となっております。参加される際は事前に電話にて下記までお申し込みください。
- ・今年度は上記日程で開催する予定ですが、**新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催しない場合もあります。開催の可否については事前にお問合せください。会場へのお問い合わせはお控えください。**
- ・弘前市は日時によって会場が異なります。ご注意ください。

申し込み・お問合せ

青森県立精神保健福祉センター
青森市三内字沢部 3 5 3 - 9 2

《連絡先》
0 1 7 - 7 8 7 - 3 9 5 1
※平日8:30～17:15
担当：佐々木

参加費無料

秘密厳守

無理に話さなくてもかまいません

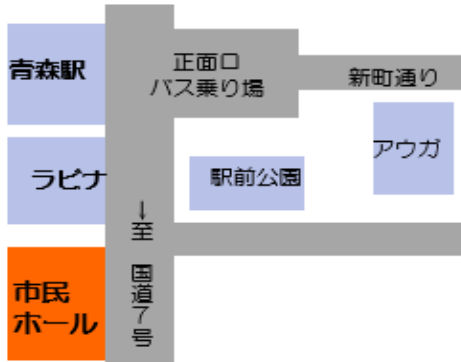
～自死遺族のつどいとは～

身近な方を自死で亡くされた方は「なぜ自死したのか」「あの時、こうしていれば…」「もっと何かできたのでは…」と、様々な感情や場面が頭の中をよぎるだけではなく、周囲からの何気ないことばや態度に傷ついたり、偏見や誤解を感じることもあります。しかしながら、そういった気持ちを誰にも話さず一人で抱え込んでいるご遺族も多いのではないのでしょうか。

このつどいは、「誰かに話を聴いてほしい」「話をしたい」ときに安心して話せる、安心して聴ける場として開催しております。その場にいるだけでも、お話を聴くだけでも構いません。お気持ちが辛く感じるときはその場から離れていただいても大丈夫です。

話した内容や個人情報などのプライバシーは参加者同士においても守られるルールを設定しています。

会場アクセス



青森駅から徒歩3分
正面口（東口）から出て、右へ直進

【青森会場】

青森市民ホール 1階 ①会議室5 ②会議室4
住所：青森市柳川一丁目2-14

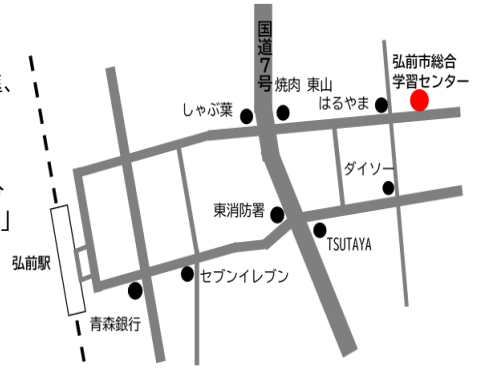
青森会場開催日

- ①令和4年 5月28日（土）13:30～15:30 中止
- ②令和4年11月27日（日）13:30～15:30

①会場

弘前駅東口より直進、
ダイソー角を左折。

▶電車でお越しの方
弘前駅東口から20分
「総合学習センター前」
下車



【弘前会場】

- ①弘前市総合学習センター2階 セミナー室
住所：弘前市末広四丁目10-1
- ②弘前市民会館 2階 第1小会議室
住所：弘前市下白銀町1-6

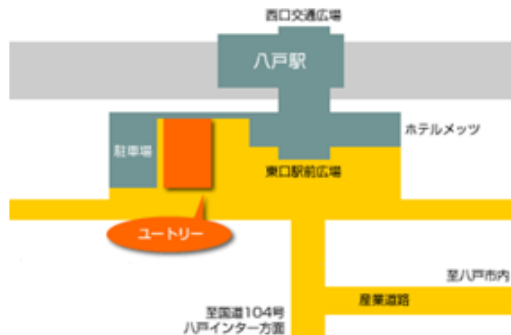
弘前会場開催日

- ①令和4年 7月23日（土）13:30～15:30
- ②令和5年 1月22日（日）13:30～15:30

②会場

弘前公園（弘前城）の南側、市役所前から次の信号を右折。

▶電車でお越しの方
弘前駅前またはイトーヨーカードーバスターミナルから15分「市役所前公園入口」下車



- 八戸駅東口から 徒歩1分
乗り入れ線：JR東北新幹線・東北本線・八戸線・青い森鉄道
- 東北自動車道八戸ICから 車で7分

【八戸会場】

八戸ユートリー 4階 研修室
住所：八戸市一番町一丁目9-22

八戸会場開催日

- ①令和4年 9月10日（土）13:30～15:30
- ②令和5年 3月12日（日）13:30～15:30