

平成29年度

わかちあいの会ところざわ

自死で大切な人を亡くした遺族同士が、他の場所では話すことができなかつた死別後の悲しみや苦しみ、そして自責の念・怒り等の感情や体験を本音で語り、共感し、支え合い、わかちあっていくことのできる安心で安全な場所です。

開催日

偶数月の第2土曜日 午後1時～午後5時頃		
4月8日(土)	6月10日(土)	8月5日(土) ※8月のみ第一土曜日になります
10月14日(土)	12月9日(土)	平成30年 2月10日(土)

※荒天や交通機関の大きな乱れ等、来所や帰宅に支障が出ることが予測される際、中止となる場合があります。荒天等が予測される場合は前日にお問合せください。

当日の流れ

午後1時～午後2時30分
保健センター精神保健福祉士が参加して行います。

午後2時30分～午後5時頃（自由参加）
ご遺族のみによるわかちあいを行います。
同じお立場や年代、性別の方同士など、自由な雰囲気で行われます。
※ご都合に合わせてお帰りくださって構いません。

申込 事前の申込みは必要ありません。

会場 所沢市保健センター多目的ルーム1

その他



- ◆参加者は身近な人を自死で亡くされたご遺族の方のみです。
- ◆所沢市以外にお住まいの方もご参加ください。
- ◆お名前などのプライバシーに関することは話す必要はありません。
- ◆フリーディスカッションのテーマは特に決まりはありません。
ご遺族としての悩みや、他の方に聞きたいこと、質問やアドバイス、
情報提供など、自由に話し合います。
- ◆お互いが安心して参加するために、気を付けた方が良い点もあります。
①他の参加者の発言を自分と比較して「あなたの方がまだ幸せ」等と発言すること。
②個人的なことを聞く「どこに住んでいますか？」など。