

遺族の方へ

～分かち合いの大切さ～

千の風の会は、2009年1月に発足しました。
遺族としての心情を話せる場所は少ない中で、大切な人を自死で失ったという共通の体験をもつ人たちが、少しでも安心して話し、安心していただける場所を目指しています。
あなたが今、感じている
“そのままの気持ち”でいいのです。

参加者の声



安心して話せる場所です。
一人でないよ。

家にばかりいて、
ももんとしていたけど、
出て来る場所ができた。

ここでしか
話せなかった。

ホッとできました。

ざわつく心が、
分かち合いの集いに来て
落ち着いたよ。

温かく受け入れて
くれて良かったな。

障がい者総合相談センター周辺地図

岐阜県障がい者総合相談センター
(分かち合いの集い、フリースペース、
サポートスペースれんげ草)



問い合わせ先

岐阜県精神保健福祉センター

(岐阜県障がい者総合相談センター内)

TEL.058-231-9724

〒502-0854 岐阜市^{さぎ}鷺山向井2563-18

岐阜県精神保健福祉センター 千の風の会(自死遺族の会)

検索

発行：岐阜県精神保健福祉センター(令和6年3月)

千の風の会

(岐阜県自死遺族の会)

大切な人を亡くされたあなたへ

～千の風の会とは～

このパンフレットを手にとってくださり、

ありがとうございます。

私たちは、

あなたと同じような体験をしました。

とても苦しく、つらい思いをしました。

今も苦しくなることがあります。

もしかしたら、

あなたも苦しんでいませんか？

私たちは、

同じ体験を持つ人たちが集い、

お互いを支え合う活動をしています。

よかったらお越しになりませんか。

千の風の会より



分かち合いの集い

開催日 奇数月の第4日曜日

13:30～16:00

同じ体験をした仲間が集まり、亡くなった方への想いやご自身の気持ちなどを安心して語り、聴き合う集いです。匿名でのご参加も可能です。



サポートスペース れんげ草

開催日 第1水曜日 10:00～11:30

月1回、少人数で、会のスタッフがあなたの気持ちをお聴きします。ゆったりと話してみませんか。



フリースペース

開催日 第1水曜日 13:30～16:00

「サポートスペース れんげ草」終了後、精神保健福祉センターで、読書をしたり、会話をしたり、過ごし方は自由な自主活動です。



ピアカフェ

開催日 偶数月に1回

くつろいだ雰囲気、喫茶店等でお茶を飲んだり、お出かけをしたり、気持ちを語り合える自由な場所です。遺族の交流を目的とした自主活動です。



自死遺族の会「千の風の会」 分かち合いのルール

分かち合いを行う上で大切なルールです。

- 家族を自死で亡くされた方の会です。
- 分かち合いの場で他の人が話された内容は他の場では話さないでください。
- お話しされたくなければ、無理にお話をする必要はありません。

～はじめて参加される方へ～

- 特定の組織や宗教団体とは関係ありません。
- 個人の情報やこの会でお話しされた内容が外部に漏れることは一切ありません。
- 「分かち合いの集い」は、千の風の会と精神保健福祉センターが協力して行っています。「分かち合いの集い」「サポートスペース れんげ草」には、精神保健福祉センターのスタッフも同席しています。
- はじめて参加される方は、ご不安なことが多いと思いますが、どうぞ、安心してご参加ください。あなたの参加を、こころよりお待ちしております。