

自死遺族の集い・さまざまな原因で大切な人を亡くした方の集い開催情報  
(開催日等は変更になることがありますので、問合せの上ご参加ください。)

- 主 催：NPO 法人グリーンサポートリンク〈全国自死遺族総合支援センター〉  
開催日：毎月第2火曜日 14:00～16:00  
会 場：障害者総合支援センター「フレンドリー」最寄り駅：田無駅徒歩7分  
問合せ：080-5428-4350
- 西東京わかち合いの会 ●
- 主 催：日本キリスト教団永山教会／NPO 法人グリーンサポートリンク〈全国自死遺族総合支援センター〉  
開催日：毎月第3土曜日 10:00～12:00  
会 場：日本キリスト教団永山教会 最寄り駅：永山駅徒歩10分  
問合せ：042-374-4586
- ともに歩む会  
～永山教会自死遺族の集い ●
- 主 催：日野市／多摩市  
開催日：毎月第4日曜日（10月は第5日曜日）14:00～16:00  
会 場：多摩市立関戸公民館（ヴィーダ・コミュニェ）最寄り駅：京王線聖蹟桜ヶ丘駅  
問合せ：日野市：042-585-1111 / 多摩市：042-338-6889
- 日野市・多摩市  
わかち合いの会 ●
- 主 催：自死・自殺に向き合う僧侶の会  
開催日：毎月第4木曜日 10:30～12:30  
会 場：築地本願寺 聞法ホール 最寄り駅：築地駅徒歩1分  
問合せ：03-3541-1666（場所のご案内）
- いのちの集い ●
- 主 催：足立区／NPO 法人ライフリンク  
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）最寄り駅：梅島駅徒歩3分  
問合せ：足立区 03-3880-5432 / ライフリンク 03-3261-4934
- 足立区分かち合いの会  
「とまり木」 ●
- 主 催：NPO 法人東京自殺防止センター  
開催日：毎月最終日曜日 13:30～16:30  
会 場：東京自殺防止センター 最寄り駅：高田馬場駅  
問合せ：03-3207-5040（場所のご案内等）
- エバーグリーンの集い ●
- 主 催：港区  
開催日：奇数月最終水曜日 14:00～16:00  
会 場：みなと保健所 5F 会議室他 最寄り駅：赤羽橋駅  
問合せ：03-6400-0084
- わかちあいの会  
みなと ●
- 主 催：埼玉県秩父保健所  
開催日：年3回6月、11月、3月（第2金曜日）13:30～15:30  
会 場：埼玉県秩父保健所 最寄り駅：西武秩父駅  
問合せ：0494-22-3824
- 語らいのつどい ●



自死遺族のための  
電話相談  
電話：03-3261-4350  
(毎週木曜日 11時～19時)  
NPO 法人グリーンサポートリンク  
〈全国自死遺族総合支援センター〉

全国自死遺族法律相談  
ホットライン  
※全国の弁護士が直接対応します  
電話：050-3786-1980  
(毎週水曜日 12時～15時)  
自死遺族支援弁護団

※NPO 法人グリーンサポートリンク〈全国自死遺族総合支援センター〉会員団体の主催及びファシリテーターをつとめる東京都近郊のつどい一覧です。

## 2016年度

# 自死遺族の集い・さまざまな原因で大切な人を亡くした方の集い開催情報 (開催日等は変更になることがありますので、問合せの上ご参加ください。)



- |                                    |  |
|------------------------------------|--|
| 自死遺族の集い<br>「かわさきこもれびの会」            | 主 催：川崎市精神保健福祉センター<br>開催日：奇数月第1木曜日（5月・11月は第3火曜日）14:00～16:00<br>会 場：エポック中原 最寄り駅：南武線武蔵中原駅徒歩1分<br>問合せ：044-201-3242                                       |
| 横浜市自死遺族の集い<br>～そよ風～                | 主 催：横浜市こころの健康相談センター<br>開催日：毎月第3金曜日 10:00～12:30<br>会 場：横浜市こころの健康相談センター 最寄り駅：みなとみらい線日本大通り駅又はJR 線関内駅<br>問合せ：045-671-4455                                |
| さがみはら<br>わかち合いの会                   | 主 催：相模原市精神保健福祉センター<br>開催日：奇数月第2木曜日 14:00～16:00<br>会 場：杜のホールはしもと（ミウイ橋本8階）最寄り駅：橋本駅北口出て右側<br>問合せ：042-769-9818   |
| 自死遺族わかち合いの会                        | 主 催：横須賀市保健所<br>開催日：奇数月第3水曜日 14:00～16:00<br>会 場：横須賀市保健所（ウェルシティ市民プラザ3階）最寄り駅：京急線逸見駅<br>問合せ：046-822-4336   |
| 自死遺族の集い                            | 主 催：神奈川県精神保健福祉センター／平塚市<br>開催日：偶数月第1火曜日（4月は第4火曜日）14:00～16:00<br>会 場：旧横浜ゴム平塚製造所記念館 最寄り駅：平塚駅<br>問合せ：神奈川県精神保健福祉センター 045-821-8822 / 平塚市福祉総務課 0463-21-8779 |
| 藤沢わかちあいの会                          | 主 催：藤沢市保健所<br>開催日：毎月第3火曜日 10:00～12:00 10月より14:00～16:00<br>会 場：藤沢商工会館ミナパーク 最寄り駅：藤沢駅<br>問合せ：0466-50-3593   |
| 自死遺族わかち合いの会                        | 主 催：浜松わかちあいの会／浜松市精神保健福祉センター<br>開催日：毎月第2土曜日（8、12月はお休み）14:00～16:30<br>会 場：浜松市精神保健福祉センター他 最寄り駅：JR 浜松駅、遠州鉄道遠州病院駅<br>問合せ：053-457-2709                     |
| 東部わかちあい<br>すみれの会                   | 主 催：静岡県精神保健福祉センター<br>開催日：偶数月第2水曜日 13:30～16:00 奇数月第3土曜日 13:30～16:00<br>会 場：サンウェルぬまづ（ぬまづ健康福祉プラザ）最寄り駅：沼津駅北口徒歩15分<br>問合せ：054-286-9245                    |
| 大切な人を亡くした<br>子どもとその家族<br>(保護者)のつどい | 主 催：NPO 法人グリーンサポートリンク（後援）東京都・聖路加国際病院<br>開催日：毎月1回（土、日、祝日のいずれかに開催）<br>会 場：聖路加国際病院小児医療センター外来 最寄り駅：築地駅・新富町駅<br>問合せ：080-5428-4350                         |
| オーロラの会<br>～死別の悲しみを<br>わかちあうために     | 主 催：日本カウンセリング学会認定カウンセラー会<br>開催日：月一回 14:00～16:00 *詳細はお問合せください。<br>会 場：綱島・神保町<br>問合せ：03-5960-7037 / Eメール：yasuzuki@ed.tokyo-fukushi.ac.jp               |

※NPO 法人グリーンサポートリンク〈全国自死遺族総合支援センター〉会員団体の主催及びファシリテーターをつとめる東京都近郊のつどい一覧です。



# 大切な人を亡くした子どもとその家族のつどい

「泣かないで、がんばって」  
って言われたからがまんしてるよ。

すごく会いたいな。  
さびしくてさびしくて…

大切な人を亡くして悲しいのは当たり前、  
だってそれだけ大切な人だったのですから…。

死や死別について語ることはかんたんなことでは  
ありませんが、自然な形で思いを表現することは  
とても大切です。

私たちは、子どもたちが自由で安心できる雰囲気  
のうちに、大切な人をなくした気持ちを分かち合う  
ことを大切にしています。

遊びを通して、今の気持ちをあらわしてみませんか。

亡くなった人は、  
どこに行ったの??  
死んで、どういふこと?

おなかが痛くなることあるけど、  
関係あるのかなあ??

**開催日程**  
毎回 11:45 ~ 15:00  
必ず事前にお申込み・お問合せください。

## 2016 年

4月24日(日)  
5月15日(日)  
6月12日(日)  
7月17日(日)  
8月21日(日)  
9月22日(木・祝日)  
10月16日(日)  
11月23日(水・祝日)  
12月18日(日)

## 2017 年

1月15日(日)  
2月19日(日)  
3月19日(日)

対 象:大切な人を亡くした子ども(6~18歳)とその家族(保護者)  
※病気・事故・自死(自殺)など、亡くなられた原因は  
問いません。

会 場:聖路加国際病院小児総合医療センター  
(中央区明石町9-1 地下鉄新富町・築地駅下車)

定 員:小学生10名・中高生5名とその家族(保護者)

参加費:無料

申 込:参加希望の方は、ファックス・郵送またはメールで  
必要事項をご記入の上、下記宛に実施5日前まで  
お申し込みください。

### 【申込・問合せ】

NPO法人グリーンサポートリンク<全国自死遺族総合支援センター>  
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋4-6-9 STビル5F  
電 話:080-5428-4350 / FAX:03-3261-4930  
Email:office@izoku-center.or.jp

主催:NPO法人グリーンサポートリンク  
共催:東京都 後援:聖路加国際病院

●聖路加国際病院小児総合医療センターへの行き方●

地下鉄：①東京メトロ日比谷線 築地駅下車（3、4番出口）徒歩7分

\*エレベーターは2番出口にあります。

②東京メトロ有楽町線 新富町駅下車（6番出口）

\*エレベーターは1番出口にあります。

バス：東15番一東京駅八重洲口 深川車庫行 聖路加病院前下車



●当日の流れ●

11:45

受付・名札づくり

12:00～15:00

☆昼食

みなで一緒にいただきます。  
(サンドイッチ・おにぎりなど軽食をご用意します。アレルギーなどの場合は、お申し出ください)

☆遊びとわかち合いを通してのグループワーク。遊ぶことはとっても大事!! 楽しくすごしましょう。

☆中学生、高校生の方でゆっくりお話をすることを希望する方には小学生とは別の部屋を用意しています。

☆ご家族・保護者のわかち合いも開きます。ご希望があれば、保護者には専門の心理士による個別面談もあります。

参加申込書

保護者のお名前	ふりがな		参加希望日に ✓をしてください
住所	〒		2016年
連絡先	電話番号		4月24日(日)
			5月15日(日)
メールアドレス			6月12日(日)
			7月17日(日)
お子様の年齢	お子様の性別		8月21日(日)
			9月22日(木・祝日)
			10月16日(日)
			11月23日(水・祝日)
			12月18日(日)
			2017年
			1月15日(日)
			2月19日(日)
			3月19日(日)

●下記宛てにファックス・郵送またはメールで実施5日前までにお申し込みください。

NPO法人グリーンサポートリンク

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 4-6-9 STビル5階

NPO法人ライフリンク内

FAX: 03-3261-4930 メール: office@izoku-center.or.jp

申込後に事務局より  
連絡をいたします。





死は、唐突に、そして容赦なく、私たちから大切な人を奪い去っていき、遺された私たちは、立ち上がることもできないと思うほどの痛み・傷みに襲われることがあります。

その衝撃を消してくれる魔法や特効薬はどこにもありませんが、同じような体験を経た同士が集って様々な思いを語り合い、聞き合うことが支え合いとなる、遺族のわかち合いはそのような場です。再び生きていく力が育まれるきっかけとなることを願って開催しています。ご参加をお待ちいたします。

# ともに歩む会 ～死別の悲しみのわかち合い

予約不要

無料

ともに歩む会

～さまざまな死別のわかち合い

ともに歩む会

～永山教会自死遺族のつどい

開催日時 毎月第3土曜日 10:00～12:00  
 対象 自死・自殺で大切な人を亡くした方  
 主催 日本キリスト教団永山教会  
 協力 NPO法人グリーンサポートリンク  
 (全国自死遺族総合支援センター)  
 お問い合わせ 日本キリスト教団永山教会  
 TEL: 042-374-4586  
 FAX: 050-3488-8462  
 メール: nagayamakirche@gmail.com

開催日時 毎月第1土曜日 10:00～12:00  
 ※2016年11月5日から開催します。  
 対象 さまざまな原因で大切な人を亡くした方  
 主催 NPO法人グリーンサポートリンク  
 (全国自死遺族総合支援センター)  
 協力 NPO法人びしけ  
 お問い合わせ NPO法人グリーンサポートリンク  
 TEL: 080-5428-4350  
 メール: office@izoku-center.or.jp

場所

日本キリスト教団永山教会 (多摩市乞田 1225-1)

■京王相模原線 京王永山駅、小田急多摩線 小田急永山駅下車 徒歩15分  
 京王バス 聖蹟桜ヶ丘駅行きまたは多摩センター行き あいクリニック下車  
 ■京王線聖蹟桜ヶ丘駅下車 京王バス多摩センター行き 乞田五差路下車

※参加費無料 (運営費補填のために募金箱を設置させていただきます。)

※予約は不要です。匿名での参加もできます。

※託児あり ご希望の方は事前にお問い合わせ下さい。

※教会内で開かれますが、宗教活動・布教活動ではありません。

## 大切にしていること

- 家族、親族、恋人、友人、同僚など大切な人を亡くした方が、安心してありのままの胸のうちを語り合う場です。
- 研究者、報道関係者、支援活動に関心のある人など大切な人を亡くした方以外の参加は原則としてお断りしています。
- 自分のことを（主語を「私」で）お話しください。
- 話したくない時にはパスができます。
- 語られた内容を外部に持ち出さないことを約束し、お互いのプライバシーを尊重します。
- 他の参加者の発言に評価、批判やアドバイスは控えてください。
- キリスト教の布教の場ではありませんが、それぞれの宗教観を話すことは自由です。
- 営業・政治活動などはお断りします。

## 会場のご案内

### 日本基督教団永山教会（多摩市乞田 1225-1）



- 京王相模原線 京王永山駅、小田急多摩線 小田急永山駅下車 徒歩 15分
- 京王バス 聖蹟桜ヶ丘駅行きまたは多摩センター行き あいクリニック下車
- 京王線聖蹟桜ヶ丘駅下車 京王バス多摩センター行き 乞田五差路下車

# WORKSHOP

## 死別の悲しみと共に生きる

認知行動療法を使ったアプローチ

2016年

9月4日(日)・11月6日(日)

2017年

1月8日(日)・3月5日(日)

いずれも 13:30▶▶▶16:30

myspace&ビジネスブース  
池袋西武横店

(豊島区南池袋 1-16-20 ぬかりやビル 2階)

会場電話: 03-5960-0056

池袋駅東口西武百貨店側から徒歩6分

**費用** 無料  
**対象** 大切な人を亡くした方  
**問合せ・申込先** NPO 法人ぶしけ事務局  
メール: info@psyche-tsudoi.org  
FAX: 03-3466-3708  
電話: 090-4096-7198 (12:00 ~ 17:00)

大切な人がいなくなってしまった・・・。  
あの時、こうしていれば・・・。  
もっと何か出来たのでは・・・。  
様々な感情や場面が頭の中をよぎり、堂々巡りを  
してしまう。  
そんな時ちょっと立ち止まって、同じような体験  
をしている方々と一緒に、認知行動療法の手法を  
使ったワークをしてみませんか。  
私たちの気持ちや行動は、その時に頭に浮かんだ  
考えに影響されると言われます。  
私たちを悩ます考え方の癖や傾向に目を向けるこ  
とにより、何かが変わっていくかもしれません。

主催 NPO 法人ぶしけ  
東京都日野市多摩平 3-5-25 NPO 法人愛隣舎内  
共催 東京都(予定)  
協力 一般社団法人認知行動療法研修開発センター





## ワークショップ

# 死別の悲しみと共に生きる 認知行動療法を使ったアプローチ

### ワークショップの内容

1. 認知行動療法について
2. 死別の悲しみ（グリーフ）について
3. 感じたこと、気づいたこと、思いなどのわかち合い

\*このワークショップは、  
治療や指導ではありません。  
\*実施に際しては、  
一般社団法人認知行動療法研修  
開発センター大野裕先生の  
指導を受けています。

### 参加申込書

参加希望日を 丸でかこんで ください。	2016年 9月4日(日) ・ 11月6日(日) 2017年 1月8日(日) ・ 3月5日(日)
お名前	ふりがな
連絡先	電話番号（連絡のとりやすいもの）
	メールアドレス

▼下記宛にメールまたはFAXでお申し込みください。

NPO 法人ぷしけ

メールアドレス：info@psyche-tsudoi.org / FAX：03-3466-3708

### ▼会場アクセス

