

たいせつ ひと じし な かた 大切な人を自死で亡くされた方へ

たいせつ ひと じし な と き ひと ふくざつ かんじょう いだ
大切な人を自死で亡くした時、人はさまざまな複雑な感情を抱き、
ふか くる お
深い苦しみを負います。

しかし、それはあなたひとりではありません。

じし はな とまど ていこうかん
自死であることを話すことに、戸惑いや抵抗感、ためらいの
おも も ふあん き も
思いを持ったり、また、とても不安な気持ちになったり・・・
このように思いを感じてしまうのは、ごく当然のことです。
どうぞ、自分を責めたりしないで、ご自身を大切になさってください。

このように思いやささまざまな変化は、
ひとりで担うには、あまりにも大きなものですから、
ひとりでがんばりすぎずに、周囲に助けを求めてください。
あなたは、ひとりではありません。



たいせつ ひと じし な かた たいしょう
大切な人を自死で亡くされた方を対象に、
き も せ い り ちゅうしん たいめん そうだん
気持ちの整理を中心とした対面による相談を行っています。

じし いぞくそうだん ＜自死遺族相談＞

- ◆ たいしょう 対象 おおさかしな い ざいじゅう かぞく じし な かた
大阪市内に在住でご家族やパートナーを自死で亡くされた方
- ◆ そうだん 日 だい きんようび だい もくようび しゅくさいじつ のぞ ご
第1・3金曜日、第2・4木曜日（祝祭日を除く）の午後
りんしょうし ん りし など はなし き
臨床心理士等がお話を聞かせていただきます
※よやくせい
※予約制となっています
- ◆ もう こ 申し込み おおさかし けんこう
大阪市こころの健康センター
TEL (06) 6922-8520 FAX (06) 6922-8526
おおさかしみやこじまくなかのちょう みやこじま かい
大阪市都島区中野町5-15-21 都島センタービル3階



ち か て つ たにまちせん みやこじま えき ごうでいりぐち にし やく
地下鉄谷町線「都島」駅 2号出入口 を西へ 約260m
かんじょうせん さくらのみや えき ひがしでぐち きた やく
JR環状線「桜ノ宮」駅 東出口 を北へ 約620m

「^じ ^し ^い ^ぞ ^く ^そ ^う ^だ ^ん 自死遺族相談」^り ^よ ^う を利用される方へ^か ^た

- ◆ 対象者 ^{たい} ^し ^{よう} ^し ^や 大阪市内に在住で、^{おお} ^さ ^か ^し ^な ^い ^ざ ^い ^じ ^ゆ 大阪市内に在住で、^か ^ぞ ^く ご家族やパートナーを^じ ^し ^な 自死で亡くされた方^か ^た
- ◆ 相談日 ^{だい} ^{きん} ^{よう} ^び ^{だい} ^{もく} ^{よう} ^び 第1・3金曜日・第2・4木曜日（^し ^ゆ ^く ^{さい} ^じ ^つ ^の ^ぞ 祝祭日を除く）
^ご ^ご ^じ ^{ふん} ^じ ^{ふん} ^じ ^{ふん} 午後1時30分～、2時30分～、3時30分～（^か ^く ^{かい} ^{ふん} 各回50分）
- ◆ 相談は ^よ ^{やく} ^{せい} 予約制 となっています
- ◆ 相談はキャンセルも含めて、おひとり様10回までです
- ◆ 相談日当日のキャンセルは 1回 として数えます
- ◆ キャンセルの際には ^{さい} ^{おお} ^さ ^か ^し ^{けん} ^{こう} 大阪市こころの健康センターまでご連絡ください
- ◆ 既に医療機関等を利用されている場合は、主治医と相談の上、お申し込みください



^{おお} ^さ ^か ^し ^{けん} ^{こう} ^{あん} ^{ない} ^ず **【大阪市こころの健康センター 案内図】**

