

たいせつ ひと じし な なた 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 いた
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・・・

このような思いを感じてしまうのは、ごく当然のことです。

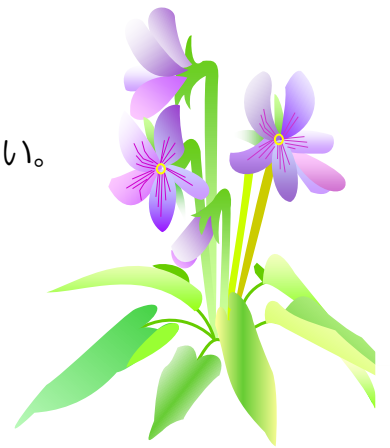
どうぞ、自分を責めたりしないで、ご自身を大切になさってください。

このような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、

ひとりで頑張りすぎずに、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 なた たいしょう そうだん
大切な人を自死で亡くされた方を対象とした相談を
おおさかし けんこう おこな
大阪市こころの健康センターで行っています

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 なた
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 び 相談日
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 はなし き
臨床心理士がお話を聞かせていただきます
※ 予約制となっています

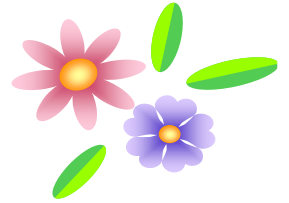
◆ もう こ 申し込み
おおさかし けんこう
大阪市こころの健康センター
TEL (06) 6922-8520 FAX (06) 6922-8526
おおさかし みやこじま くのちやう みやこじま かい
大阪市都島区中野町5-15-21 都島センタービル3階



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

「自死遺族相談」を利用される方へ

- ◆ 対象者 たいしやうしゃ おおさかしな いざいじゆう かぞく パートナーを自死で亡くされた方
- ◆ 相談日 そうだんび だい 第1・3金曜日・第2・4木曜日 (祝祭日を除く)
午後1時30分～、2時30分～、3時30分～ (各回50分)
- ◆ 相談は そうだん ややくせい 予約制 となっています
- ◆ 相談は そうだん 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 そうだんびとうじつ 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 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 案内図 【大阪市こころの健康センター 案内図】

