# がんでご家族を亡くされた方のつどい

ご家族が病気になられてから見送られるまでの間、 さまざまな想いを抱えながらも寄り添ってこられたことと思います。

つらく、悲しい気持ちを、誰にも話せないと感じていませんか? このつどいは、同じ立場の人どうしで想いや体験を語り合い、 わかちあうための会です。

安心できる場所で、感じたことや考えられたことをお話しませんか?

開催日時 令和2年 4月23日(木)

7月16日(木)

10月22日(木)

令和3年 1月28日(木)

いずれも午後1時30分から午後3時30分

会場 浜松市精神保健福祉センター

(中区中央一丁目 12-1 県浜松総合庁舎 4 階)

参加費 無料

申し込み 電話で下記までご連絡ください

【 申込み・問合わせ先 】浜松市精神保健福祉センター☎053-457-2709

〒430-0929 浜松市中区中央一丁目 12-1 県浜松総合庁舎4階

個別面接相談(要予約)も行っており ます。詳しくは上記までお問い合わせ ください。



# つどいの内容について

## 【 会の流れ 】

進行役が会を進めていきます。

- 会の約束について説明
- 語りの時間
- ふりかえり 感想



写真のように椅子を丸く並べて語り合いを行っています。

#### 【 会の約束 】

会の中で聴いたお話の内容は、

参加者以外の人や他の場所ではお話されませんようお約束ください。



無理にお話いただく必要はありません。

話したくないこと、話したくない時はパスをすることができます。 また、他の方の話を聴くだけでもご参加いただけます。

お互いに思いやり、尊重しながら話すことを心に置き、 皆さんが安心してお話できる場所を作っていきたいと考えています

### 【 参加された方の声 】

安心して 本音を出せる場に 来られてよかった

大切な人の 生前の様子なども 話すことができ、 あたたかい 気持ちになった 「辛いのは 自分だけじゃない」 と思っただけで 少し元気が出たような 気がしました

自分ひとりでは 考え込まないこと、と 改めて思いました。 自分の想いを 話すことができ また他の方に 聴いていただけて よかったです

いろいろな 立ち場に 置かれている人の 話を聞けて よかったです