

# 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て想いや体験を語り合い、  
わかちあうための会です。

開催日時	令和5年	4月27日(木)
		7月27日(木)
		10月26日(木)
	令和6年	1月25日(木)

いずれも午後1時30分から午後3時30分

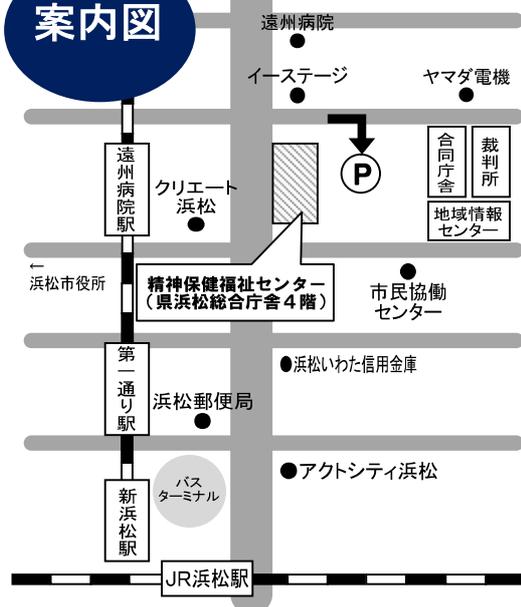
会場	浜松市精神保健福祉センター (中区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階)
参加費	無料
申し込み	電話で下記までご連絡ください

## 【申し込み・問い合わせ先】 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。

## 案内図



# つどいの内容について

## 【 会について 】

がんでご家族を亡くされてから、様々な変化や想いを体験されていることと思います。時に、悲しみに全てが覆われてしまい、どうしたらよいかわからなくなることもあるかもしれません。家族や身近な人であっても自身の胸のうちを話せないということもあります。そのような時、同じ立場にある方と想いや体験を話し、わかちあうことが、安心感につながり、悲しみが抱えられる形に変化する助けとなることがあります。この会は、同じ立場の方が集まり、お互いに思いやり、尊重しながら話すことを心に置き、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。

## 【 会の流れ 】

進行役が会を進めていきます。

- オリエンテーション
- お話の時間
- ふりかえり



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。お話したくないこと、お話したくないときはパスすることができます。
- 他の方の話を聴くだけでもご参加いただけます。

## 【 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

「辛いのは自分だけじゃない」  
と思えただけで  
少し元気が出たような  
気がしました

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

自分ひとりでは  
考え込まないこと、と  
改めて思いました。

いろいろな立場にある人の  
話を聞いてよかったです