

大切な人を自死(自殺)で亡くされた方へ

「ホットライン」と「遺族の集い」のお知らせ

電話相談として『自死遺族ホットライン』を、
また思いを語り合う場として『自死遺族の集い』を実施しています。
お住まいに関係なく、どなたでもご利用いただけます。
匿名でもご参加いただけます。秘密は厳守いたします。

♡ 自死遺族ホットライン

大切な家族や友人が自死(自殺)した方を対象に、
専門の相談員がゆっくりお話をうかがう電話相談
です。つらいお気持ちを一人で抱え込まずに、
お電話ください。

専用電話 ☎045-226-5151

日程▶ 毎月第1・3水曜日(祝日を除く)
受付時間▶ 10時から15時

月	日	月	日
平成30年 4月	4日・18日	10月	3日・17日
5月	2日・16日	11月	7日・21日
6月	6日・20日	12月	5日・19日
7月	4日・18日	平成31年 1月	16日
8月	1日・15日	2月	6日・20日
9月	5日・19日	3月	6日・20日

※1月2日は休庁日のため、お休みです

♡ 自死遺族の集い「そよ風」

大切な家族や友人を自死(自殺)で
亡くされた方が安心して思いを語り合う集い
(分かち合い)です。

場所▶ 横浜市こころの健康相談センター会議室
横浜市中区日本大通18 KRCビル6階

※専用駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

日程▶ 毎月第3金曜日 10時から12時30分
※どの月からでも参加できます。(受付は9時50分からです)

月	日	月	日
平成30年 4月	20日	10月	19日
5月	18日	11月	16日
6月	15日	12月	21日
7月	20日	平成31年 1月	18日
8月	17日	2月	15日
9月	21日	3月	15日

※自死遺族の集い「そよ風」は、全国自死遺族総合支援センターの
協力を得て実施しています。



裏面もご覧ください▶

問合せ

横浜市こころの健康相談センター相談援助係

TEL 045(671)4455 FAX 045(662)3525

〒231-0021 横浜市中区日本大通18 KRCビル6階

- みなとみらい線「日本大通り駅/3番出口」徒歩2分
- 横浜市営地下鉄「関内駅/出口1」徒歩10分
- JR根岸線「関内駅/南口」徒歩10分

「そよ風」に

安心して参加していただくために

それぞれの方の思いをお話し、聞き合う場です。
(辛いこと、苦しんでいること、悩んでいること、故人との思い出、これからの人生や生活など)

無理にお話をしなくても、他の方のお話を聞くだけの参加でも大丈夫です。

他の参加者に対して批判や助言をする場ではありません。

語られた内容はこの場限りとし、外部に持ち出さないようにしましょう。

限られた時間を皆で有効に使えるよう、お話する時間に配慮ください。

布教・営業・政治活動はお断りします。



神奈川県内の自死遺族の集い・電話相談

※お住まいに関係なく、どなたでもご利用・ご参加いただけます。

自死遺族電話相談

神奈川県



☎045-821-6937

毎週 水・木曜日

(祝日・年末年始は除く)

13時30分～16時30分

ほっとライン

川崎市



☎044-966-9951

毎月第2・第4木曜日

(祝日・年末年始は除く)

12時～16時

自死遺族の集い

(詳細はそれぞれの機関にお問い合わせください)

神奈川県精神保健福祉センター … ☎045-821-8822

川崎市精神保健福祉センター …… ☎044-201-3242

相模原市精神保健福祉センター … ☎042-769-9818

横須賀市保健所 ……………… ☎046-822-4336

藤沢市保健所 ……………… ☎0466-50-3593

座間市役所 ……………… ☎046-252-7132