

つらい

どうして死んだの　　できることをしなかったのではないか
私のほうが死にたいくらい　他人に知られたくない　後悔
自分のせいだ　人の気遣いがかえってつらい　優しくできなかった
　　会って謝りたい　私のせいかもしれない
他人に言えない　嘘をついてしまう
家族の中でもすれちがう　誰かに打ち明けたい
　　わかってもらえない
生きていけない　毎日が地獄だ
私は悪くない　泣く場所もない
　　人の話を聞く余裕なんてない
私のほうが死にたい
　　周りに知られたくない
助けられたのではないか
　　本当の死因を隠している
亡くなった人の生前の話をしたい
　　誰かそばにいてほしい
かなしい　自然に振る舞えない
　　毎日つらい　しんどい



Sotto グリーフサポート

そっとたいむ

自死遺族のための個別面談

自死で大切な人を亡くした悲しみ、寂しさ、苦しみ、どうしようもなさ…。親戚から責められたり、家族ですらわかりあえない。できることなら死んでしまいたい、でもできない。やり場のない思いを抱え込んではいませんか？

友人、恋人、家族など身近な人を自死で亡くされたことをきっかけに、死にたいほどの苦悩を抱えている方が、お気持ちを話すための場所です。自身ですらわけがわからずに見失いがちだったり、他人に話すことをはばかれるような気持ちでも、安心して話せるような「時間」になるよう、相談員があなたの気持ちをきちんと受け取ります。

日時

2020年 6月4日、8月6日、10月1日、12月3日
2021年 2月4日 いずれも 13:00~16:00 (最大6名)

場所

一念寺 (下京区東中筋通花屋町下る柳町 324)

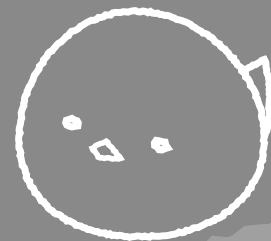
申込

匿名でもかまいません
前日までにお申込みください

TEL. 075-365-1600 MAIL. so-dan@kyoto-jsc.jp

お一人 30分を目安にしています。
申し込みの際に、時間のお問い合わせをいただき、面談の始まる 15分前までにお越しください。
研修を受けたボランティアが運営しています。
個人情報並びにお話内容等秘密は厳守します。
事前にお伝えいただければ、筆談や要約筆記サポートが可能です。

西本願寺



この事業は京都府自殺対策事業補助金を受けて開催します。

認定 NPO 法人 京都自死・自殺相談センター <http://www.kyoto-jsc.jp>