



# 宮崎ランタンのつどい



## 大切な人を自死で亡くされたあなたへ

突然のできごとに驚き、嘆いていませんか  
つらく悲しい気持ちを、だれにも話せないと感じていませんか

**あなたはひとりではありません**

ランタンのつどいは、同じ体験をしたご遺族の方がそれぞれの気持ちを語り合うことで、互いに支え合うことを目的としています。  
ランタンの灯りのような温かな安心できるところで

**あなたの思いを話しませんか**

**あなたのこれからを、いっしょに考えてみませんか**

**開催日時** : 毎月第2土曜日 (午後2時~午後4時まで)

※初めての方は、30分前(午後1時30分)においでください。

令和5年4月8日、5月13日、6月10日、7月8日、8月12日、9月9日

10月14日、11月11日、12月9日

令和6年1月13日、2月10日、3月9日

**場所** : 宮崎県立図書館 2階 研修室

連絡先: 自殺防止センター(0985) 77-9111 夜間 (日・月・水・金曜日の午後8時~午後11時まで)

県精神保健福祉センター(0985) 27-5663 日中 (平日の午前8時30分~午後5時まで)

開催当日の連絡先 050-5883-7019 (午前10時から午後2時まで)

NPO法人国際ビフレンダース 宮崎自殺防止センター

ホームページ URL <http://www.befrienders-jpn.org/miyazaki/>

メールアドレス [miyazaki@befrienders-jpn.org](mailto:miyazaki@befrienders-jpn.org)

オンライン (ZOOM) でも開催します。

ホームページまたは、右のQRコードよりお申込みください。

(開催日: 令和5年4月16日 6月18日 7月16日 9月17日

10月15日 12月17日 令和6年1月21日 3月17日)

