



## あすなろの会上田（自死遺族交流会）を開催します

この会は、大切な人を突然失ったという辛く苦しい気持ちを、遺された家族が語り合い支えあえる場として開催します。

遺された家族は、ご自分の気持ちを大切にし、同じ体験をもつ仲間の中で、安心して気持ちを語ることによって心が癒されていきます。

身近な地域で、自死遺族が抱えている思いの分かち合いができるようにこの会を開催します。

- |          |  |
|----------|--|
| 1. 日 時   | 令和8年1月15日(木)<br>午後1時30分から午後3時30分まで<br>(受付時間：午後1時00分から午後1時30分まで)  |
| 2. 場 所   | 上田市内(参加申し込みされた方に会場を案内します)  |
| 3. 内 容   | 自死遺族の抱えている思いの分かち合い   |
| 4. 対 象 者 | 家族を自死で亡くされた方(自死された方の親、配偶者、きょうだい、子ども)<br>対象者以外の方の参加はできません   |
| 5. 費 用   | 無料   |
| 6. 参加申込み | 開催日2日前までに上田保健福祉事務所まで電話等でご連絡ください。   |
| 7. 申込み先  | 上田保健福祉事務所(上田保健所) 健康づくり支援課 保健師<br>住 所 〒386-8555 上田市材木町1-2-6 上田合同庁舎内<br>電 話 0268-25-7149<br>ファックス 0268-23-1973 |

### 確かな暮らしを守り、信州からゆたかな社会を創る

——— しあわせ信州創造プラン3.0 ———  
~大変革への挑戦「ゆたかな社会」を実現するために~

長野県総合5か年計画推進中

#### ◆いのちを守り育む県づくり

※この取組は「第4次長野県自殺対策推進計画」の基本施策4  
生きる支援に関する県事業の推進に基づくものです。

(問合せ先)

担 当 上田保健福祉事務所  
健康づくり支援課保健衛生係 春原  
電 話 0268-25-7149(直通)  
0268-23-1260(代表)  
F A X 0268-23-1973  
E-mail uedaho-kenko@pref.nagano.lg.jp