自死遺族の分かち合い

ランタンのつどい in 都城

✦令和８年１２月よりスタートします✦



大切な人を自死で亡くされたあなたへ･･･

大切な人を亡くした悲しみは、言葉にできないほど深く、時にひとりで抱えきれないものです。
「ランタンのつどい」は、同じ経験を持つ方と共に静かに語り合い、心の重さを少しだけ分け合える時間です。
無理に話す必要はありません。はじめは聞くだけでも、ただ座っているだけでも構いません。
あなたはひとりではありません。安全でランタンの灯りのように温かな場所を準備してお待ちしています。

第 1 回	令和８年 １２月２０日（日）午後２時～４時 都城市総合文化ホール会議室２ （都城市北原町 1106 番地 100） ※初めての方は、午後１時３０分にお越しください。
第 2 回	令和９年３月２８日（日）午後２時～４時 （会場調整中）
申込方法	お申し込み不要 ※事前のご連絡・お申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

【お問い合わせ先】

◆ 宮崎自殺防止センター：0985-77-9111 （日・月・水・金 午後 8 時～11 時）

◆ 宮崎県精神保健福祉センター：0985-27-5663 （午前 8 時 30 分～午後 5 時）

◆ 当日の連絡先：090-2203-7358 （午前 10 時～午後 2 時）

【その他のつどい】

◆宮崎ランタンのつどい　◆延岡ランタンのつどい　◆オンラインランタンのつどい

※開催日程等の詳細はホームページをご覧ください。

NPO 法人ビフレンダーズ宮崎自殺防止センター
http://www.befrienders-jpn.org/miyazaki / E-mail: miyazaki@befrienders-jpn.org