



# 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 読書振興室

**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ズ 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25日 7月23日 9月24日

10月22日 12月24日 令和6年1月28日 3月24日)

