令和5年度

要予約 ～大切な方を失ったあなたへ～

死別の悲しみケア

こころのとまり木相談会

病気、事故、自死などでおおむね1年以内に大切な方を亡くされた方の相談会です。
大切な方を失った悲しみは、残された方のからだやこころに色々な変化をもたらすことがあります。話すことで、悲しみが和らぐこともあります。
不安や悩みはひとりで抱え込まずにご相談ください。

日程

4月 10 日(月)	5月8日(月)	6月 12 日(月)
6月 28 日(水)	7月 10 日(月)	7月 26 日(水)
8月7日(月)	8月 30 日(水)	9月1日(金)
9月11日(月)	10 月 11 日(水)	11 月 13 日(月)
12 月11日(月)	12 月 20 日(水)	令和6年 1月 15 日(月)
令和6年 2月5日(月)	令和6年 2月 28 日(水)	令和6年 3月 11 日(月)

会場
さいわいプラザ２階　健康増進課
（幸町２－１－１）

時間
午後２時 30 分から午後４時 30 分

相談対応者
臨床心理士・保健師

費用
無料

人数
各２人（先着）

申込み
1 週間前までに
下記連絡先へ

長岡市ホームページ
こちらから
他相談会や相談窓口を
ご確認いただけます

長岡市　健康増進課　　0258-39-7508
受付時間：平日　午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分（年末年始を除く）