

2025年(令和7年)度

港区
主催

自分自身も
体調が悪い…

周りに話せない…

頑張って、
と言われたけど…

身近な人を自死(自殺)で亡くした方々が、
ありのままの胸の内を語り合い、聴き合い、支え合うことを
目的に「わかちあいの会みなど」を、
開催いたします。

開催日

令和7年 5月28日(水)

7月30日(水)

9月24日(水)

11月26日(水)

令和8年 1月28日(水)

3月25日(水)

各回 13時30分～15時30分

※初めて参加される方やご質問がある方など、
お気軽にお問合せください。

場 所

港区みなと保健所 5F 会議室
(港区三田1-4-10)

対 象

身近な人を自死(自殺)で
亡くした方(家族・恋人・友人・同僚など)

●お住まいの場所にかかわらず参加できます

保 育

生後4か月～未就学児の保育あり

保育をご希望の方は、開催日の
一週間前までに下記へご連絡ください。

参加費
無料

予約
不要



港区
公式 HP

わかちあいの会みなど

お問合せ

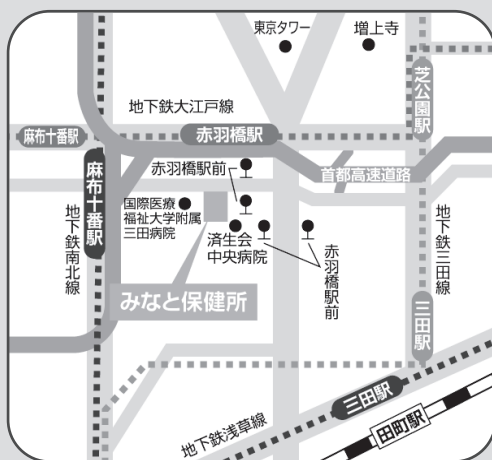
港区みなと保健所 健康推進課 地域保健係 電話 : 03-6400-0084
FAX : 03-3455-4539

●NPO 法人全国自死遺族総合支援センター(グリーフサポートリンク)の協力を得て、港区みなと保健所で実施をします。

「わかちあいの会みなと」に安心して参加していただくために

- * 自死（自殺）で身近な人（家族・親戚・友人等）を亡くした方の集まりです。
- * 予約は不要、匿名での参加もできます。
- * それぞれの方がご自身の思いをお話し、聞き合う場です。
（辛いこと、苦しいこと、故人との思い出、これからの人生など。）
- * 他の参加者へ、批判・非難やアドバイスは控えてください。
- * 語られた内容はこの場限りとし、会の外へ持ち出さないようにしましょう。
- * 布教・営業・政治活動はお断りします。
- * プライバシーに配慮して実施しています。

▽会場アクセス



【電車】

地下鉄大江戸線赤羽橋駅 赤羽橋口出口徒歩 5 分
地下鉄南北線麻布十番駅 3 番出口徒歩 10 分
地下鉄三田線芝公園駅 A2 出口徒歩 10 分

【バス】

都営バス（都 06）渋谷駅前から新橋駅前
赤羽橋駅前バス停 徒歩 3 分
都営バス（橋 86）目黒駅前から新橋駅前
赤羽橋駅前バス停 徒歩 3 分
東急バス（東 98）東京駅丸の内南口から等々力操車所前
赤羽橋駅前バス停 徒歩 5 分
港区コミュニティバス（ちいばす）
（田町ルート）田町駅東口から六本木ヒルズ
赤羽橋駅前バス停 徒歩 3 分

東京都内の主な情報

とうきょう自死遺族総合支援窓口

03-5357-1536 ※原則として都内在住の方（都内に通勤、通学、在住されていた方のご遺族等を含む。）

月曜日～金曜日 15:00～19:00、日曜日 13:00～17:00（祝祭日は休み）

詳細は <https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kenkou/tokyokaigi/torikumi/izokushienmadoguchi.html>

主催：東京都保健医療局

足立区分かち合いの会「とまり木」

主 催 足立区／NPO 法人ライフリンク

開催日 毎月第1金曜日 18:30～20:30

会 場 梅田地域学習センター（エル・ソフィア内）

最寄り駅 梅島駅徒歩3分

問合せ 足立区 03-3880-5432

NPO法人ライフリンク 03-3261-4934

品川区わかちあいの会

主 催 品川区保健所

開催日 偶数月第4金曜日 14:00～16:00

会 場 品川区保健センター

最寄り駅 京浜急行線 新馬場駅（北口）徒歩2分

問合せ 品川区保健所 03-5742-9152

身近な人を亡くした子どもとその家族（保護者）のつどい

身近な人を亡くした若者のつどい

主 催 NPO 法人全国自死遺族総合支援センター（グリーンサポートリンク）

後 援 聖路加国際病院

開催日 毎月1回（土または日のいずれか）

会 場 聖路加国際病院小児医療センターまたはオンライン開催

問合せ 03-5357-1535

※詳細は <https://www.izoku-center.or.jp/>

自死遺族相談ダイヤル

03-3261-4350

（木曜日、日曜日 12:00～18:00）※祝祭日は休み

メールによる自死遺族のわかちあいと相談

<https://izoku-center.or.jp/mail/>

主催：いずれもNPO法人全国自死遺族総合支援センター
（グリーンサポートリンク）