



自死遺族支援 “よりそいの会あかり” 2026年度(R8)

大切な方をなくされたあなたへ

“つらい…誰かに聴いてほしい”
—そんなとき お電話ください—

«電話相談»

0742-35-7200

毎週 火曜日 10:00~16:00

0742-93-8397

毎週 木曜日 13:30~16:30

(奈良市保健所保健予防課経由)

«ご遺族同士が悩みを語り合う場です»

(参加費無料/秘密は厳守)

自死遺族のつどい “よりそいの会あかり”

場所：奈良市保健所（はぐくみセンター1F）

日時：奇数月の第4日曜日 14:00~16:30

(5/24・7/26・9/27・11/22・1/24・3/28)

☆☆グリーフスペースは時間内でお好きな時間に自由にご参加ください☆☆

“グリーフスペース なら”

場所：奈良市保健所（はぐくみセンター3F）(奈良市/0742-93-8397)

日時：祝日を除く毎月 第4木曜日 13:30~16:00

(4/23・5/28・6/25・7/23・8/27・9/24・10/22・11/26・12/24・1/28・2/25・3/25)

“グリーフスペース さくらい”

場所：奈良県精神保健福祉センター1F(桜井市/0744-46-5563)

日時：祝日を除く奇数月の第2月曜日 13:30~16:00

(5/11・7/13・9/14・11/9・3/8)

社会福祉法人奈良いのちの電話協会 〒631-0816 奈良市西大寺本町 8-27

TEL 0742-35-0500 FAX 0742-35-0533 ホームページ <https://www.nara-inochi.jp>