

大切な人を自死で亡くされた ご遺族の方へ

大切な人を自死により亡くされたご遺族が、その悲しみの体験や気持ちを語り、ともに分かち合い、支え合うための集いです。

自死遺族語り合いの会 「虹の会」

- [参加者] 自死により家族、友人、恋人等を亡くされた人
- [場 所] 新潟県精神保健福祉センター
- [連絡先] イシバシさんまで 090-4949-5320
または、新潟県精神保健福祉センター
025-280-0113
- [日 時] 偶数月 第1木曜日 14時～16時

自死遺族分かち合い 越後「逢うる」

- [参加者] 自死遺族の方
- [場 所] 亀田駅前地域交流センター
- [連絡先] 「^あ逢うる」さんまで
090-8613-3648
- [日 時] 毎月第2日曜日 14時～16時
- [参加費] 300円

大切な人を自死で
亡くされたあなたへ
(新潟市ホームページ)



大切な人を
亡くされたあなたへ

お問い合わせ (事務専用電話)
新潟市こころの健康センター
〒951-8133 新潟市中央区川岸町1丁目57番地1
TEL 025-232-5551

新潟市こころの健康センター



大切な人を 突然失ってしまったら…

「大切な人を突然亡くされる」それはとても悲しくつらい出来事だと思います。

それまでの生活とは大きく変わるだけでなく、大切な人を失った悲しみは残された方のこころやからだにいろいろな変化をもたらすことがあります。

眠れない

頭痛・めまいがする

なにもする気になれない

相続する財産があるけど、
どうするの？

借金はどうしたらいいの？

ひとりで悩まず、
相談してみませんか？

あなたを支える人たちがいます

こころの健康について

抱えている思いや悩みをお聴きするとともに、必要に応じて専門機関を紹介します。

新潟市こころの健康センター

平日：8時30分～17時 [※来所相談は要予約]
(祝日および年末年始を除く)

TEL.025-232-5560

こころといのちのホットライン

平日：17時～22時
土・日・祝日・年末年始：10時～16時
[※電話相談のみ]

TEL.025-248-1010

新潟県こころの相談ダイヤル

毎日24時間 [※電話相談のみ]

TEL.0570-783-025

新潟いのちの電話

毎日24時間 [※電話相談のみ]

TEL.025-288-4343

経済や生活、法律の相談について

新潟県弁護士会

平日：9時～17時 [※面接相談は要予約]
(祝日およびお盆・年末年始期間を除く)

TEL.025-222-5533

弁護士が法律・経済・生活の相談に応じます。

新潟県司法書士会「多重債務ホットライン」

平日：10時～12時、13時～16時
[※電話相談のみ]

TEL.025-240-7974

多重債務でお困りの方のご相談に応じます。

新潟市消費生活センター

平日・第2第4日曜：9時～16時
[※来所相談は要予約]

TEL.025-211-2370

多重債務専門の相談員が債務の解決を図るとともに、生活を再建するために必要な情報の提供や助言、支援を行います。

ご家族が亡くなられた後に 必要な手続き

新潟市ホームページ「おくやみ手続き」の中の
おくやみパンフレットをご参照ください。



おくやみ手続き
(新潟市ホームページ)

