

令和7年度 松本あすなろの会（中信地域自死遺族交流会） 開催要領

1 目 的

松本地域では、毎年約 60 人の方が自殺で亡くなっており、それにより多くの方が遺族として遺されている。遺された方々が、大切な人を失ったという、つらく苦しい胸の内を安心して語れる場を作ることにより、同じ体験を持つ仲間が悲しみを分かちあい、少しでも孤独から立ち直り、心癒されることを目的とする。

2 日 時

令和7年6月7日（土）、8月30日（土）、12月6日（土）、令和8年3月7日（土）
実施時刻は、いずれも 13 時 30 分から 15 時 30 分までとする。

3 場 所

松本市（参加希望者には事前連絡のこととする。）

4 参加対象者

原則として中信地域（松本・大北・木曽地域）に居住し、家族を自死で亡くされた方
（自死された方の親・配偶者・兄弟・子どもを対象とし、対象者以外の参加は認めない。）

5 主な内容

自死遺族の分かちあい（胸の内にあることを自由に語りあう場とする。）

6 実施主体

長野県松本保健福祉事務所

7 共催機関

長野県精神保健福祉センター

8 協力機関

松本地域精神保健福祉協議会、長野県木曽保健福祉事務所、長野県大町保健福祉事務所
松本市保健所、松本市自殺予防対策推進協議会

9 その他

- (1)住所・氏名等を話したくない場合は、匿名での参加で構わないものとする。
- (2)参加費用は無料とする。

10 参加申し込み・問合せ先

長野県松本保健福祉事務所健康づくり支援課（保健衛生第一係）	電話 0263-40-1938
長野県精神保健福祉センター	電話 026-266-0280
長野県木曽保健福祉事務所健康づくり支援課（保健衛生係）	電話 0264-25-2233
長野県大町保健福祉事務所健康づくり支援課（保健衛生係）	電話 0261-23-6529
松本市保健所 健康づくり課	電話 0263-34-3217