

●こころの相談会

精神科医による無料の個別相談を実施しています。

気分の落ち込みや強い不安、眠れない、生活や人間関係のストレス、飲酒の問題、物忘れの心配、生きづらさを感じるなど、こころの健康に関する様々なご相談をお受けします。

こころの不調についてお悩みのご本人、ご家族、支援をしている方が対象です。

病院に行くかどうか迷っている方も、無理に受診を勧めることはありませんので、安心してご相談ください。

相談内容の秘密は守られます。

また、保健師が事前にご相談内容や状況をお伺いし、当日も同席いたします。

日程

令和8年6月16日（火） 15時30分～

令和8年9月15日（火） 15時30分～

令和8年12月15日（火） 15時30分～

令和9年3月9日（火） 15時30分～

申込み方法

各相談日の前週金曜日の正午までに

健康福祉課（健康管理センター）電話0263-69-3500へお申し込みください。