

こころの健康相談のお知らせ

(令和6年度 後半)

小美玉市ではこころの健康相談を行っています。日常生活の悩みや不安、こころの病気のことなどについて、お気軽にご相談ください。

相談内容

家に閉じこもっていて
外にでない。

行動にまとまりがなく、
落ち着きがない。

ちょっとしたことで、
くよくよしてしまう。

感情が敏感で、些細な
ことで怒ったり、取り
乱したりする。

最近、わけの分から
ないことを言うよう
になった。

誰かに見られている、
聞かれていると感じ
てしまう。

【日程および会場】

●受付時間 ①9:30～ ②10:15～ ③11:00～ (1人45分程度)

日 程	会場	日 程	会場	日 程	会場
10月 3日 (木)	美野里	R6.12月 5日 (木)	美野里	2月 4日 (火)	美野里
24日 (木)	小川	10日 (火)	小川	13日 (木)	小川
11月 8日 (金)	美野里	26日 (木)	小川	27日 (木)	小川
19日 (火)	美野里	R7. 1月10日 (金)	美野里	3月 7日 (金)	美野里
27日 (水)	小川	21日 (火)	美野里	19日 (水)	小川
		28日 (火)	小川	21日 (金)	美野里

予約 方法

- ◆ 電話または直接、下記の問い合わせ先で予約してください。
- ◆ 相談は無料です。
- ◆ 相談日は、予約時間の5分程度前までに会場へお越しください。
- ◆ 本人が来館できない場合は、ご家族の方でも大丈夫です。

スタッフ

精神保健福祉士、保健師、看護師

問い合わせ先

美野里： 四季健康館 TEL 0299-48-0221
小川・玉里： 小川保健相談センター TEL 0299-58-1411