



こころの相談会に来てみませんか？

長引く新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、経済、家族関係、健康面の悩みなど、こころと身体に疲れがたまりやすくなっています。

眠れない、食欲がない、ストレスがある、疲れやすい、やる気が出ない、職場でうまくいかないなどあなた自身のこと、ひきこもりや依存症など家族の心配事などのつらい気持ちを抱え込んでいませんか。相談したいけれど、「どこに相談すればいいのかわからない」「どうしたらいいかわからない」と一人で悩んでいませんか。

「こころの相談会」を下記の日程で開催いたします。「つらい気持ち」をひとりで抱え込まずに、心配や不安なことを話して、こころを軽くしてから、これからどうしたらよいかをともに考え、必要な支援やサービスにつなげます。安心して気軽にお話してください。

【日 時】

4/12 (水)	5/12 (金)	5/24 (水)	6/14 (水)
7/12 (水)	8/9 (水)	8/25 (金)	9/13 (水)
10/11 (水)	10/27 (金)	11/8 (水)	12/13 (水)
1/24 (水)	2/14 (水)	3/15 (金)	3/27 (水)

実施時間 9：15～15：30

- ※ 灰色は若年層の方が優先となります
- ※ 完全予約制の個別相談（1件あたり1時間前後）秘密厳守します
- ※ 無料（日出町に住民票のある方に限ります）

【場 所】 日出町保健福祉センター

【ス タ ッ プ】 臨床心理士 後藤 喜美氏

【申し込み方法】 電話かメールにより申込下さい。メールの場合は下記を参照ください。
申し込み多数のため、希望日にお受けできず他の相談日をご案内する場合があります。

【申込・問合せ先】 日出町役場 健康増進課 健康推進係

TEL：73-3130

Mail：kokoro@town.hiji.lg.jp

タイトル：「こころの相談会について」

- 本文：
- ① 名前（匿名でも可） ※必須
 - ② 連絡の取れる電話番号 ※必須
 - ③ 相談の希望日、希望時間 ※必須
 - ④ 相談したいことの概要 ※任意

※ メールチェックは、開庁日（平日8:30～17:00）に順次行い、確認後こちらからお電話かメールでご連絡します。タイムラグがある場合がありますのでお急ぎの場合はお電話ください。

※ 本メールは、問合せや申込のみであり、「相談」はできません。