

# こころの健康相談

要予約

相談無料

眠れない、自信がない、イライラする、人に会うのがおっくう、何もやる気がしない、物忘れ・・・などなど こころの不調は誰にでも起こります。見過ごさずに、早めのケアを心がけましょう。ご本人のこと、ご家族や周りの方のこと、お気軽にご相談ください。



(会場) えがお				(会場) いきいきセンター			
日程 (水曜日午後)			担当	日程 (木曜日午後)			担当
4	/	15	精神科医師	4	/	9	精神保健福祉士
5	/	20	精神科医師	5	/	14	精神保健福祉士
6	/	17	精神科医師	6	/	11	精神保健福祉士
7	/	15	精神科医師	7	/	9	精神保健福祉士
8	/	19	精神科医師	8	/	20	精神保健福祉士
9	/	16	精神科医師	9	/	10	精神保健福祉士
10	/	21	精神科医師	10	/	8	精神保健福祉士
11	/	18	精神科医師	11	/	12	精神保健福祉士
12	/	16	精神科医師	12	/	10	精神保健福祉士
1	/	20	精神科医師	1	/	14	精神保健福祉士
2	/	17	精神科医師	2	/	18	精神保健福祉士
3	/	17	精神科医師	3	/	11	精神保健福祉士

※警報や感染症対策のために、日程や担当を変更させていただく場合は、改めてご連絡させていただきます。

※相談内容により、処方されているお薬をお伺いする場合があります。おくすり手帳をお持ちの方は、当日ご持参ください。

お申し込み・お問合せ先（保健師）  
 えがお ☎ 876-2525  
 いきいきセンター ☎ 878-2212