

令和5年度 こころの健康相談

あなたのこころは風邪をひいていませんか？

仕事や家庭、人間関係など…人は心配事や不安があると、こころも風邪を引いた状態になってしまうことがあります。「なんだか気分が晴れずに身体もだるい…」「眠れない…」「イライラする…」「生きているのがつらい…」「誰にも話せなくて苦しい…」など、こんなことを思った時は、こころが風邪をひきかけているかもしれません。

1人で悩まずに専門の相談員（臨床心理士）に話してみませんか？

解決のヒントが見つかるかもしれません。

完全予約制で、プライバシーは厳守します。

○日程及び場所

場 所	相 談 日	受 付 時 間
神埼町保健センター ＜奇数月に開催＞	5月15日（月）	※完全予約制（1枠50分） ①13：30～14：20 ②14：30～15：20
	7月24日（月）	
	9月25日（月）	
	11月20日（月）	
	1月15日（月）	
	3月18日（月）	
千代田町保健センター ＜偶数月に開催＞	4月20日（木）	*時間については ご相談に応じます。
	6月15日（木）	
	8月17日（木）	
	10月19日（木）	
	12月21日（木）	
	2月15日（木）	

○予約・お問い合わせ先

神崎市 健康増進課 健康増進係 ☎51-1234

住所：神埼町鶴 3542 番地 1

