

# こころの健康相談

あなたの悩みに精神科医・カウンセラー（臨床心理士）が相談に応じます



- やる気がない、食欲がない
  - 眠れない日が続いている
  - 自殺について考えてしまう
- こんな悩みのあなたは…

- 人間関係がうまくいかない
  - 家族との関係に悩んでいる
  - 強い不安やストレスに悩んでいる
- こんな悩みのあなたは…

精神科医による相談		
開催日	曜日	会場
5月19日	水	西部保健センター
7月15日	木	南部保健センター
9月6日	月	健康管理センター
11月17日	水	西部保健センター
1月24日	月	健康管理センター
3月24日	木	南部保健センター

カウンセラーによる相談		
開催日	曜日	会場
4月20日	火	西部保健センター
6月15日	火	西部保健センター
8月26日	木	健康管理センター
10月19日	火	西部保健センター
12月14日	火	健康管理センター
2月15日	火	健康管理センター

【対象】 佐倉市民の方で、こころの悩みや不安がある方及びその家族

【時間】 ①午後1時50分～ ②午後2時20分～ ③午後2時50分～ ④午後3時20分～  
 (南部保健センターのみ ①午後1時50分～ ②午後2時30分～ ③午後3時10分～ ④午後3時50分～)

【申込み】 健康推進課にお電話下さい 043-312-8228 [締切：相談の前日17時まで]

予約時に保健師による事前問診があります。[定員：各回4人]

※ご相談は、「精神科医による相談」または「カウンセラーによる相談」のどちらか一方、1回のご利用となります。

