



令和6年度 こころの健康相談のご案内



気分が沈む、夜眠れない、食欲がない、やる気が出ない、体重が減っているなど
「こころが少し疲れているかな?」「体調が変化しているな…」「生きることがつらい…」
と感じた時、ほんの少し話を聞いてもらうだけでも心が軽くなるかもしれません。

砥部町保健センターでは、医師および保健師による「こころの健康相談窓口」を開設しています。
ご本人だけでなく、ご家族の方からの相談でも結構です。
秘密は厳守いたします。安心してご相談ください。

【日程・担当医師】

担当医師	一般財団法人真光会 真光園 医師			
日程・時間	6月5日(水)	午前	①10:10~10:40	②11:10~11:40
	7月18日(木)	午後	①14:40~15:10	②15:40~16:10
	9月11日(水)	午前	①10:10~10:40	②11:10~11:40
	11月28日(木)	午後	①14:40~15:10	②15:40~16:10
	1月30日(木)	午後	①14:40~15:10	②15:40~16:10
	3月26日(水)	午前	①10:10~10:40	②11:10~11:40

【相談時間】 1人30分程度の相談です。

【相談場所】 保健センターおよび相談希望者のご自宅など

【予 約】 予約制です。ご希望の相談日の2週間前までに下記までご予約をお願いします。

【その他】 ※ 相談は無料です。

※ 保健師による相談は、上記の日程以外にも随時応じます。(要予約)

※ 感染症予防対策のため、体調不良のある方や風邪症状が続いている方は
当日は無理をせず、予約の取り直しを行ってください。



<ご予約・お問い合わせ先>

砥部町保健センター ☎ 089-962-6888
砥部町宮内1368番地(砥部町役場北隣)

