

令和8年度

# こころの相談

～お話することで、こころが少し軽くなるかもしれません～

子育てや家族のこと、仕事のことなど、私たちは普段の生活の中で知らない間にストレスを感じていることがあります。気付けば最近イライラしている、何だかやる気が出ない、なんてことも。

そんなときは誰かに話してみませんか？こころの相談では臨床心理士に相談ができます。ご本人だけでなく、ご家族からの相談も可能です。気軽にご相談ください。

相談内容については、秘密厳守します



時間

9:00 ~ 12:00 (ひとり50分の予約制)

R8 4月23日 (木)	10月15日 (木)
5月 7日 (木)	11月19日 (木)
6月25日 (木)	12月24日 (木)
7月30日 (木)	R9 1月28日 (木)
8月20日 (木)	2月25日 (木)
9月24日 (木)	3月25日 (木)

場所

保健センター 1階 診察室 ※託児も可能です

料金

無料

その他

初回相談の方は、予約時間の15分前にお越しください。

【予約・問い合わせ先】 宇多津町保健センター

TEL:0877-49-8008 WEB予約はこちら ➔

