



Health

健康づくり

行方市健康増進課（北浦保健センター内）

☎ 0291-34-6200

平成23年度 こころの健康相談のお知らせ

行方市では、こころの悩みを抱える方のために、毎月「こころの健康相談」を実施しております。ひとりで悩まずに早めに相談してください。

【相談内容】

- ★ちょっとしたことで、くよくよしてしまう
 - ★最近よく眠れない
 - ★気持ちが沈んで何もやる気がしない
 - ★家に閉じこもっている
 - ★お酒が止められない（アルコール依存症）
 - ★ひどく怒りっぽく、暴力をふるう
 - ★イライラして集中できない
 - ★最近、わけのわからないことを言うようになった
- 等どんなことでも結構です。お気軽にご相談ください！！

【相談日程】

場 所	期 日	時 間
北浦保健センター (木曜日)	4/28・5/26・6/23・7/28	午前 9時～12時
	8/18・9/22・10/27・11/24	① 9時～10時
	12/22・1/26・2/23・3/22	② 10時～11時 ③ 11時～12時
玉造保健センター (水曜日)	4/20・5/18・6/15・7/20	午後1時～4時
	8/24・9/14・10/19・11/16	① 1時～2時
	12/14・1/18・2/15・3/14	② 2時～3時 ③ 3時～4時



【相談スタッフ】 北浦保健センター：精神科医師 玉造保健センター：精神保健福祉士

【予約について】 直接、健康増進課（北浦保健センター）へご予約ください。相談料は無料。相談内容は一切もられません。

【問合せ先】 健康増進課（北浦保健センター） ☎ 0291-34-6200

平成23年度 行方市献血事業日程

みなさまの献血が医療を支えています。献血にご協力をお願いします。

実施日	曜日	受付時間	献血会場	実施日	曜日	受付時間	献血会場		
4月14日	(木)	10:00～12:15 13:30～16:00	ベイシア玉造店	7月4日	(月)	10:00～13:00	セイミヤモール		
6月13日	(月)			14:00～15:30	麻生店				
8月16日	(火)			10:00～12:00 13:00～15:30	麻生保健センター	11月1日	(火)		
1月5日	(木)								
4月26日	(火)	10:00～12:15 13:30～16:00	カインズホーム 玉造店	7月14日	(木)	9:30～12:00	北浦公民館		
8月10日	(水)			13:00～15:30	12月5日	(月)			
12月26日	(月)				3月27日	(火)			
6月16日	(木)	9:30～11:30	行方市役所 玉造庁舎	8月25日	(木)	13:30～16:00	なめがた 地域総合病院		
10月4日	(火)	9:30～16:00		2月23日	(木)	13:15～16:00			
1月26日	(木)	9:30～11:30							

献血会場・受付時間は、都合により変更になる場合がありますのでご了承願います。