

～こころの健康相談のお知らせ～

健康増進課では、精神保健福祉士による「こころの健康相談」を実施しております。相談内容が外部に漏れることはありません。ひとりで悩まず、ぜひご利用ください。

時 間	日 程
①13時～	2026年 4月16日(木) 9月17日(木) 5月21日(木) 10月22日(木) 6月18日(木) 11月19日(木) 7月16日(木) 12月17日(木)
②14時～	8月27日(木)
③15時～	
各1時間	2027年 1月21日(木) 2月18日(木) 3月18日(木)

『ストレスのサイン』
出ていませんか？

- ・気分が落ち込む
- ・眠れない
- ・食欲が出ない
- ・人と会いたくない など

★必ず予約が必要です

★場所は行方市保健センターになります

★本人が来れない場合、ご家族の方のみのご相談も可能です

《問い合わせ・予約》

行方市健康増進課(行方市保健センター)

行方市山田3282-10

TEL 0291-34-6200