

こころの健康相談室

最近ちょっと疲れていると感じていませんか？眠れない、不安やイライラがあるなど一人で悩んでいませんか？

思い切って誰かに話しをすることで、こころが軽くなることがあります。

下記の日程で「こころの健康相談室」を開設し、保健師が話を伺います。ぜひあなたの話を聞かせてください。

開催日			開催場所・時間
R7.4.9 (水)	R7.5.14 (水)	R7.6.11 (水)	健康増進センター 13:30～16:00 事前予約 が必要です (1回の相談は1時間程度)
R7.7.9 (水)	R7.8.13 (水)	R7.9.10 (水)	
R7.10.8 (水)	R7.11.12 (水)	R7.12.10 (水)	
R8.1.14 (水)	R8.2.10 (火)	R8.3.11 (水)	

※相談内容の秘密は厳守します。

※必要な場合は関係機関を紹介する場合があります。

【申込み・問い合わせ先】

珠洲市健康増進センター（珠洲市飯田町5-9）



0768-82-7742



kenkou@city.suzu.jp