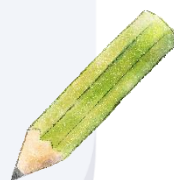




からだやこころの ちょっとしたモヤモヤ、 ひとりで悩んでいませんか？

こんな不調が続いていたら
こころの不調のサインかも・・・

- 眠れない
- 怒りやすくなった
- 口数が減った
- 食欲がない
- 不安を感じる
- 家にこもりがち



声でも、文字でも少しずつ
あなたの今の気持ちを話しているうちに、
こころが整理されていきます
あなたの気持ちを聴かせてください



射水市 こころの健康相談（要予約）

日程等の詳細は、裏面をご確認ください

富山県こころの電話



① 076-428-0606

平日9:30～17:00

② 0570-074-333

夜間・休日

NPO法人 富山カウンセリングセンター《ユアパレット》



076-492-6635

毎日16:00～23:00

（受付は22:30まで）

射水市 **こころの健康相談**

心の不調は、ひとりで抱え込まずに早めの相談や受診が必要です。
専門相談員による相談会を実施しておりますので、お気軽にご相談ください

対象	射水市在住で、こころの健康相談を希望する方
内容	専門相談員（公認心理師）による個別相談 相談時間 約1時間
会場・ 予約先	射水市保健センター（射水市中村38） ☎（0766）52-7070

【相談日時】 事前に保健センターへご予約ください（要予約）

午前	4月25日（木）	午後	4月16日（火）
	5月14日（火）		5月24日（金）
	6月20日（木）		6月10日（月）
	7月5日（金）		6月25日（火）
	8月20日（火）		7月18日（木）
	9月6日（金）		8月5日（月）
	9月11日（水）		9月26日（木）
	10月2日（水）		10月30日（水）
	11月12日（火）		11月19日（火）
	11月21日（木）		12月23日（月）
	12月3日（火）		1月10日（金）
	1月23日（木）		2月3日（月）
	2月20日（木）		2月14日（金）
3月12日（水）	3月25日（火）		

午前

① 9:15～10:15

② 10:30～11:30

午後

① 1:15～2:15

② 2:30～3:30

