

令和4年度 こころの相談

最近眠れない・・・気分が落ち込む・・・
涙もろくなる・・・なんとなく不安・・・
人とうまくつきあえない・・・感情を抑えられない・・・
地震をひどく怖がってしまう・・・
震災の後、眠れない、イライラする、涙もろくなった…

もしかして認知症かしら・・・？
アルコールやシンナー・薬物が止められない・・・

自分自身のこころの問題や悩みのある方、家族や周りの人のことでお困りの方、
精神科の専門医やカウンセラーが相談に応じます。

相談については、秘密厳守いたします。

料金は無料です。予約制ですので、前もってお申し込みください。

★ 相談日程 ★以下の通り 午後1時半～3時半

4月	8日	19日		
5月	11日	17日	25日	
6月	1日	8日	10日	21日
7月	6日	8日	20日	
8月	5日	10日		
9月	7日	9日	20日	21日
10月	5日	12日	14日	18日
11月	2日	9日	11日	15日
12月	7日	9日	14日	20日
1月	17日			
2月	1日	10日	21日	
3月	1日	14日	31日	

★ 相談場所 ★

宮城野区役所 2・3階 (詳しくはお問い合わせください)

★ 申し込み ★

宮城野区役所 障害高齢課 地域支援係
Tel 291-2111 (内線 6732)