令和８年度

こころの相談日

憂うつな気分が続いている	ストレスから調子が悪い
職場や家族、学校での人間関係に悩んでいる	眠れない

こんな悩みを抱えていませんか？一人で悩まず、ぜひご相談ください。
こころの専門家である「臨床心理士」がお話を伺います。
ご家族からの相談も受け付けます。相談は無料です。

相談日	相談日
令和８年　４月２０日（月）	１０月２６日（月）
５月１８日（月）	１１月３０日（月）
６月２６日（金）	１２月２１日（月）
７月３０日（木）	令和９年　１月２５日（月）
８月１７日（月）	２月２２日（月）
９月２８日（月）	３月１５日（月）

時間　①午前１０時１５分～１１時

②午前１１時１５分～１２時

③午後１時３０分～２時１５分

会場　本荘保健センター

相談は完全予約制です。（定員３名）
お電話にてお申し込みください。

《申込み・問合せ先》

由利本荘市　健康づくり課　２２－１８３４