

# 令和6年度 ひきこもり・こころの健康相談

こころの健康についてお悩みをお持ちの方やご家族の方等を対象とした「こころの健康相談」を行っています。

- ◇眠れない
- ◇不安やイライラが強い
- ◇気分が落ち込んだ状態が続く
- ◇拒食や過食がある
- ◇家に閉じこもりがち
- ◇アルコールや薬物等への依存で悩んでいる
- ◇精神的な病気ではないか心配している
- ◇統合失調症やうつ病への対応を知りたい など

どうぞお気軽にご相談ください。



1 場 所 小林保健所（小林市堤 3020-13）

2 日 時 毎月第4火曜日

（9月は第2火曜日・2月は第3火曜日）

午後1時30分～午後3時30分

## 【開催スケジュール】

令和6年4月23日	7月23日	10月22日	令和7年1月28日
5月28日	8月27日	11月26日	2月18日
6月25日	9月10日	12月24日	3月25日

3 内 容 精神科医師によるこころの健康相談

4 料 金 無 料

5 その他 予約制（秘密は守られます）

※すでに精神科のかかりつ医をお持ちの方は対象外です。



## 【予約・問合せ先】

小林保健所 健康づくり課 疾病対策担当

TEL 0984-23-3118