



ストレスケア相談

～ 眠れないはうつサイン ～

現代社会では、さまざまなストレスが存在し、私たちの心の健康を脅かしています。生活環境や仕事環境の変化についていけない、家族や友人とうまく付き合えないなどのストレスに悩む方が増えています。

ご自身、ご家族、学校、職場などの人間関係に悩みやストレスを抱えておられる方はお気軽にご相談ください。

臨床心理士が相談をお受けします。一人で悩まず、まずはお電話ください。

相談内容について秘密は厳守します。

*場所:伊万里市民センター(松島町391-1)

*対象:市民の方で40歳未満の人及び
18歳未満の子どもをもつ保護者

*時間:午前9時～12時、午後1時～3時

*開催日:令和3年 4月13日(火)
5月11日(火)
6月8日(火)
7月13日(火)
8月10日(火)
9月14日(火)
10月12日(火)
11月16日(火)
12月14日(火)
4年 1月18日(火)
2月8日(火)
3月8日(火)

事前の予約をお願い
します。

相談時間は
1人約1時間です。

☆相談は予約制です。

場合によっては臨床心理士がご家庭を訪問し、相談をお受けすることもできます。

〈申し込み・問い合わせ先〉

伊 万 里 市 健 康 づ く り 課

電話番号0955(22)3916