

こころの悩み事相談所について

町では、こころの悩み事相談所を開設します。悩みやストレスがいつまでも解消できない、心身の不調が続いているなど、ひとりで抱え込んでいませんか？臨床心理士がゆっくりとお話を伺います。

相談例

- ・誰にも話せずに困っていることがある
- ・死にたいと思うほどの苦しみや悩みをかかえながら、誰にも相談できず困っている
- ・「生きるのがつらい」と悩んでいるなどどんな悩み事でも結構です

◆開催予定日 令和4年9月21日(水)、11月16日(水) } 都合により日程が変更になる場合があります
令和5年1月18日(水)、3月8日(水) }

◆時間 10:00～12:00、13:00～16:00

◆場所 役場分庁舎1階 相談室

◆料金 無料

◆相談専用ダイヤル ☎64-3331 (開催日のみ)

※相談は予約制で、1回30分を予定しています。

相談専用ダイヤルは、他の方の相談中は繋がらないこともあります。
ご理解の上、おかけ直してください。

お問合せ 福祉保健課 ☎64-4836



○その他の相談機関について

まずはご相談を・・・

◆こころの健康相談ダイヤル

☎0570-064-556 365日24時間対応(但し、平日12～13時を除く)

専門の相談員が、必要な支援策などについて一緒に考えます

◆#いのちのSOS (NPO法人 自殺対策支援センターライフリンク)

☎0120-061-338 毎日 12:00～22:00

◆山梨いのちの電話

☎055-221-4343 火～土 16:00～22:00

ひとりで解決できない問題が起こったら、とにかく誰かに相談してみましよう。
ため込んでいた思いや悩みを打ち明けることで心は軽くなります。
ひとりで悩むより、まず相談を。