

## R6年度 こころの相談事業について

### 【事業概要】

精神科医又は臨床心理士が、こころの問題（家族や友人関係で悩んでいる・育児がづらい・介護疲れて気分が落ち込むなど）で悩んでいる方やそのご家族のご相談にのります。

また、課題のある家族に対して、どのように対応したらいいか悩んでいる支援者の方からのご相談も可能です。

悩みがあるときは、ひとりで抱え込まず、ぜひご相談ください。

※相談内容は、適切に取り扱い、相談者の同意なく外部にもれることはありません。

※原則、相談は年度内に1回ですが、ご本人・ご家族(支援者)1回ずつ相談は可能です。

※相談は、無料です。

【日程】 事前予約制(048-465-0311)です。

#### ○精神科医(病気や受診についてのご相談)

| 実施日                      | 時間                        |
|--------------------------|---------------------------|
| 令和6年 <del>4月23日(火)</del> | 13:30~15:00<br>(1枠30分×3枠) |
| <del>8月27日(火)</del>      |                           |
| 12月 2日(月)                |                           |

#### ○臨床心理士(こころの持ち方や対応等についてのご相談)

| 実施日                      |               | 時間                        |
|--------------------------|---------------|---------------------------|
| 令和6年 <del>4月15日(月)</del> | 11月11日(月)     | 13:00~16:00<br>(1枠1時間×3枠) |
| <del>5月20日(月)</del>      | 12月16日(月)     |                           |
| <del>6月17日(月)</del>      | 令和7年 1月20日(月) |                           |
| <del>7月8日(月)</del>       | 1月28日(火)      |                           |
| <del>8月6日(火)</del>       | 2月3日(月)       |                           |
| 9月9日(月)                  | 2月25日(火)      |                           |
| 9月30日(月)                 | 3月3日(月)       |                           |
| 10月28日(月)                |               |                           |

【場所】 和光市健康増進センター 和光市広沢1-5-51

【市HP】「こころの相談」「いろいろな相談窓口」

<https://www.city.wako.lg.jp/kenko/1004192/1011365/1011370.html>



<担当>和光市 健康支援課 健康づくり担当

電話:048-465-0311

mail:[d0401@city.wako.lg.jp](mailto:d0401@city.wako.lg.jp)