

# 🍀 心の相談 🍀

## ひとりで抱えていませんか？ お話を聴かせてください

- ◆ 困りごと 悩みごと 不安な気持ちなどがある
- ◆ 気分が沈みがち イライラする
- ◆ 眠れない などの不調が続いている
- ◆ 大切な人を亡くし、つらい気持ちが続いている
- ◆ ひきこもり（ご家族含む）について など

## 心の相談会

### 日時

\* 相談時間は、おひとり1時間程度 \* 心理士がお話をお聴きします  
\* 予約制・無料・匿名可能

令和6年4月	11日(木)	13:00~16:00	18日(木)	9:00~12:00
令和6年5月	9日(木)	13:00~16:00	23日(木)	9:00~12:00
令和6年6月	13日(木)	13:00~16:00	20日(木)	9:00~12:00
令和6年7月	11日(木)	13:00~16:00	25日(木)	9:00~12:00
令和6年8月	8日(木)	13:00~16:00	22日(木)	9:00~12:00
令和6年9月	12日(木)	9:00~16:00		
令和6年10月	10日(木)	13:00~16:00	17日(木)	9:00~12:00
令和6年11月	14日(木)	13:00~16:00	28日(木)	9:00~12:00
令和6年12月	12日(木)	9:00~16:00		
令和7年1月	9日(木)	13:00~16:00	23日(木)	9:00~12:00
令和7年2月	13日(木)	13:00~16:00	20日(木)	9:00~12:00
令和7年3月	13日(木)	9:00~16:00		

託児も可能です。お気軽に相談下さい。

### 場所

別府市保健センター

(湯のまちけんこうパーク内 別府市西野口町15番33号)

### 申込・問合せ

別府市健康推進課

☎ 0977-21-2188

✉ [yu-kokoro@city.beppu.lg.jp](mailto:yu-kokoro@city.beppu.lg.jp)

