

仕事、子育て、勉強、家族関係、介護…
ひとりで、頑張りすぎていませんか。

ひとりで悩まず、
あなたの声を
聞かせてください。

こころの不調は、
誰もがかかる可能性があります。



こころのメンテナンス

～臨床心理士による個別の相談～

日程【要予約】

令和6年5月21日(火)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～
6月19日(水)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～
7月24日(水)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～
9月25日(水)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～
11月13日(水)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～
令和7年1月20日(月)	①9:00～ ②10:00～ ③11:00～

場所

氏家保健センター

対象者

さくら市民とその家族
※すでに精神科等を受診
している方は対象外

費用

無料

申込み・問合せ

さくら市健康増進課
☎ 028-682-2589