

こころの相談

1 個別相談

(1) 日時

9月16日（火）から10月31日（金）まで
9～12時、13時～16時 ※原則平日のみ

(2) 会場

総合健康福祉センターさざんか又は自宅訪問

(3) 申し込み方法

- ①市役所健康推進課（0548-23-0024）に電話
- ②ロゴフォームで申込み
(<https://logoform.jp/form/gCEn/1228196>)

申し込みロゴフォーム



(4) その他

相談には市及び県等の専門職（保健師・臨床心理士等）が応じます。
お子さんのことについて保護者の方からの相談でも大丈夫です。

さいがいの おお たいけん からだ おお しょうげき ふあん あせ お こ
災害などの大きな体験は、こころや身体に大きな衝撃を与え、不安や焦り、落ち込み
などの「こころのはんのう」や、ずつう かた ねむ からだ はんのう しょう
などの「こころの反応」や、頭痛や肩こり、眠れないなどの「身体の反応」が生じること
があります。おお かた しぜん よ しゅうちゅう ふあん つよ
多くの方は自然に良くなっていますが、「集中できない」「不安が強まる」
「きょうふ かん いま ちが しょうじょう つづ とき し しんりし ほけんし とう
「恐怖を感じる」など今までと違った症状が続いている時は、市の心理士や保健師等が
そうだん おう しんばい かた そうだん
ご相談に応じます。心配な方はご相談ください。

【お問合せ先】

けんこうすいしんか
牧之原市健康推進課

電話：0548-23-0024

メール：kenko@city.makinohara.lg.jp