

# こころのケア相談

病気や怪我をするように、こころの問題も誰にでも起こることがあります。  
一人で、家族で、悩みを抱え込まず、相談してみませんか？

## ご自身が…

- ・気分が落ち込む
- ・夜に眠れない

## ご家族や周囲の方が…

- ・お酒やギャンブルの問題がある
- ・ひきこもるようになった
- ・言動がどこかおかしい



毎月  
第1金曜日  
13:00~15:00  
1回約30分

**予約制**



精神科医が  
無料で  
ご相談に  
応じます



ご本人・家族  
支援者など  
どなたでも  
ご相談できます



## 場所



**龍野健康福祉事務所**

〒679-4167

たつの市龍野町富永1311-3

## R6年度 の実施日

4月5日	5月10日☆
6月7日	7月5日
8月2日	9月6日
10月4日	11月1日
12月6日	1月10日☆
2月7日	3月7日

☆…第2金曜日

## 予約先

龍野健康福祉事務所 地域保健課

☎0791-63-5687



保健師による相談は  
随時行っています。