

令和4年度

下諏訪町

「心のほっと相談」のご案内

下諏訪町では、専門の相談員による「心のほっと相談」を行っています。
「気分が落ち込む」「眠れない」「イライラが止まらない」など、心の悩みをお持ちの方、一人で抱え込まずに話して心を軽くしませんか。
ご本人だけでなく、ご家族や身近な方についての相談もできます。

予約制の個別相談で、秘密は厳守いたします。お気軽にご連絡ください。

● 実施日

4月28日(木)	5月12日(木)	6月23日(木)	7月28日(木)
8月25日(木)	9月15日(木)	9月29日(木)	10月27日(木)
11月24日(木)	12月22日(木)	令和5年 1月26日(木)	令和5年 2月16日(木)
令和5年 3月9日(木)	令和5年 3月23日(木)		

● 時間 相談時間は一人1時間程度です。

- ①午後1時30分から2時30分
- ②午後2時30分から3時30分

● 場所

下諏訪町保健センター

● 費用

無料です

● 予約

事前に必ずご予約ください。

期限：各実施日の3日前まで

予約・問い合わせ先

下諏訪町保健センター 電話：27-8384(直通)

