

「心の健康相談」のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大やその影響で、これまでの日常とは違う生活リズムになったり、できていたことが制限されてしまう等、様々なストレスと共に生活されている方も多いと思います。

ストレス症状を長引かせる前に、気軽にご相談下さい。
「専門機関を受診したいときはどうすればよいのか」、
「家族の様子がいつもと違うが、どう接したらよいのか」
など、ご本人はもちろん、家族や身近な方の相談も受けています。



<保健師による相談>

と き: 月曜日～金曜日(祝日を除く) 9:00～16:00
ところ: 高岡市保健センター

<公認心理師・臨床心理士による相談>

※ 予約制です。3日前までお申込みください。

○ 日程 いずれも 10:00～11:30

1月20日(水)	3月17日(水)
----------	----------

○ ところ: 高岡市保健センター

※新型コロナウイルス感染症予防のため、ご希望の方には、ビデオ会議システム「Zoom」を活用して、オンラインでご相談に応じます。(お1人40分まで)

使用するモバイル機器(パソコン、スマートフォン等)など、詳細については、高岡市健康増進課までお問合せください。

<問合せ・予約先>

高岡市健康増進課(保健センター内) 本丸町7-25 電話20-1345