

あなたの

こころのSOSを聞かせてください

人は誰でもストレスを抱えて生きています。
でもそのストレスが積み重なったとき、
自分の努力や気の持ちようではどうにもできない時があります。
そんな時には、信頼できる人に話してみることです。
自分の心に閉じ込めないことが大切です。
あなたの声を聴きたいと思っています。
ぜひ、ご相談ください。

もし、大切な人から相談されたとき、
自分では受け止めきれないとき、
ぜひ相談してください。
あなたと、あなたの大切な人のために

自分や周りの方について心に不安を抱えたら、裏面のカレンダーの相談窓口
をご利用してはいかがでしょうか。

精神保健福祉士・精神科医・保健師が相談に応じます。

秘密は固く守られます。

事前に予約をしてください。

また、「白川町こころの健康相談」は訪問による相談や電話相談も可能です。

相談日以外も町保健師による相談を行っています。お気軽にお声をかけてく
ださい。



白川町保健福祉課 保健係

☎0574-72-2317

令和2年度 こころの健康相談カレンダー

相談名	白川町 こころの健康相談	白川町 法律と心の相談会	可茂保健所 精神保健相談
内容	<ul style="list-style-type: none"> 精神保健福祉士と町保健師が対応。 保健センターで開催。 家族相談や訪問相談可能。 	<ul style="list-style-type: none"> 福祉センターで開催。 無料法律相談（弁護士対応）と心の相談（保健師対応）を同日同会場に併設。 	<ul style="list-style-type: none"> 美濃加茂市の可茂保健所内で開催。 保健所嘱託の精神科医師と保健所保健師が対応。
時間	13時～15時 予約制・無料	奇数月 12時～14時半 予約制・無料	午後 予約制・無料
予約先	(相談日の2日前までに) ☎72-2484 保健師直通電話 ☎72-2317 (内361・362)	☎72-2327 法律相談の予約を 先にとってください	☎72-2484 町から保健所に連絡しますが、 直接保健所予約も可能。 ☎0574-25-3111 (内線364)
4月	9日(木)		21日(火)
5月	28日(木)	19日(火)	19日(火)
6月	17日(水)		16日(火)
7月	16日(木)	21日(火)	21日(火)
8月	28日(金) ★精神科医師対応		18日(火)
9月	17日(木)	15日(火)	15日(火)
10月	14日(水)		20日(火)
11月	18日(水)	17日(火)	17日(火)
12月	17日(木)		15日(火)
1月		19日(火)	19日(火)
2月	3日(水)		9日(火)
3月	11日(木)	16日(火)	16日(火)

❖ 完全予約制で、秘密は固く守られます。



若者サポートサロンを開催しています

概ね10～40歳代までの若者で、自宅に閉じこもりがち、外出が苦手、人と出会いたくない、朝夜逆転の生活、仕事が続かない等、生活のしづらさを感じている若者の家族のサロンです。

■ 年4回 保健センターにて 13:30～15:00 アドバイザー同席
(日程等は広報しらかわ、又は保健師までお問い合わせください)