

精神科医によるこころの健康相談

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。

対象 精神的な面で心配のある人・家族
内容 精神科医師による面接相談
定員 3組

♡こころの病気がどうか相談したい
♡家族としての対応の仕方について相談したい

申し込み時に相談内容をお伺いします。

日程	時間	日程	時間
R7年5月16日(金)	13:30~15:00	R7年11月19日(水)	13:30~15:00
6月25日(水)	15:30~17:00	12月17日(水)	15:30~17:00
7月16日(水)	9:30~11:00	R8年 1月21日(水)	9:30~11:00
9月 4日(木)	13:30~15:00	2月26日(木)	13:30~15:00
10月 9日(木)	13:30~15:00	3月18日(水)	13:30~15:00

心理士によるこころの悩み相談 (平日)

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。

♡なんとなく元気がない ♡自分の心の状態をみつめ直したい ♡お酒やネットがやめられない
♡身近な人との関係を改善したい ♡対人関係に悩んでいる ♡育児・介護などに疲れてしまった

こころの悩みは誰でも抱えています。話してこころを軽くしませんか。

内容 心理士による面接相談 時間 (1)午前 (2)午後

定員 2組

会場 健康保健センター

申し込み時に相談内容をお伺いします。

(1)午前	
日程	
R7年 4月18日(金)	R7年10月16日(木)
5月23日(金)	11月27日(木)
6月 6日(金)	12月 5日(金)
6月20日(金)	R8年 1月16日(金)
7月 4日(金)	2月13日(金)
9月 5日(金)	2月20日(金)
10月 2日(木)	3月13日(金)

(2)午後	
日程	
R7年 4月11日(金)	R7年 11月 5日(水)
4月15日(火)	11月18日(火)
5月27日(火)	12月12日(金)
5月28日(水)	12月16日(火)
6月30日(月)	R8年 1月27日(火)
7月11日(金)	2月27日(金)
7月22日(火)	3月24日(火)
10月20日(月)	

心理士によるこころの悩み相談(夜間/休日)

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。


平日の日中時間帯に相談来所できない方むけに、オンライン形式による心理士との面接相談が受けられます。

定員 1月あたり2組 申し込み 電話予約にて相談可能日時等をお知らせください。

※申し込み時に相談内容をお伺いします。

自分や周りの人を大切にすることについて 考えてみませんか

困った時は、下記の機関でも相談を受けておりますので、ぜひご利用ください。

埼玉県 鴻巣保健所	☎048-541-0249 平日8:30~17:00	薬物・アルコールなどの依存問題、ひきこもりなど、お困りの本人やご家族の相談をお受けしています。まずは、電話でご相談ください。
埼玉県立 精神保健福祉 センター	☎048-723-6811 (予約専用電話) 平日9:00~17:00	県民(さいたま市を除く)を対象に来所によるこころの相談を受けています。 (要予約・無料)
埼玉県 こころの電話	☎048-723-1447 平日9:00~17:00	こころの健康や悩みに関する相談を電話で受け付けています。
埼玉 いのちの電話	☎048-645-4343 24時間365日・匿名、秘密厳守 ☎フリーダイヤル 0120-783-556 毎日16:00~21:00まで 毎月10日8:00~翌日8:00まで	ひとりで悩まないで、こころの苦しみをご相談ください。 非通知の電話はつながりませんので、番号通知でおかけください。
よりそい ホットライン	☎0120-279-338 24時間対応 https://www.since2011.net/yorisoi/ 	暮らしの悩みごと・悩みを聞いて欲しい人・DV・性暴力などの相談をしたい人・外国語による相談をしたい人など 電話、FAX、チャットやSNSによる相談に対応。
チャイルドライン	☎0120-99-7777 毎日16:00~21:00 https://childline.or.jp/index.html 	18さいまでの子どもがかかるでんわです。ネットでんわ、チャットでのそうだんも受け付けています。 名前は、いわなくてもかまいません。どんなことでも、いっしょに考えます。
NPO法人 あなたのいばしょ	24時間365日 チャット https://talkme.jp/ 	年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できるチャット相談窓口です。
NPO法人 BONDプロジェクト	LINE相談 月・水・木・金・土 10:00~22:00(21:30まで受付) LINE ID @bondproject  電話相談 080-9501-5220 火 13:00~17:00 木・土 18:00~22:00	10代20代の女性のためのLINE相談を実施しています。 LINE相談以外に電話相談も実施しています。