

相談無料・予約制

臨床心理士による

こころの健康相談会

人は誰でも落ち込んだり、イライラしたり、不安や悩みなどのこころの不調を抱えています。そんな時は一人で抱え込まずに相談してください。相談することで一歩踏み出すことができます。

令和8年度 日程

4月 9日(木)	5月21日(木)	6月18日(木)	7月23日(木)
8月20日(木)	9月10日(木)	10月15日(木)	11月19日(木)
12月17日(木)	1月 7日(木)	2月18日(木)	3月18日(木)

※先生の都合により、日程が変更になる場合があります

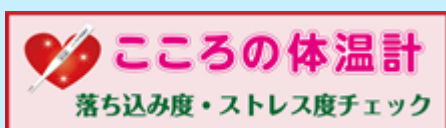
相談員 橋本 まり子先生 (5・7・9・11・12・3月)
濱田 拓 先生 (4・6・8・10・1・2月)

時 間 ①11時 ②13時 ③14時 ④15時 (約50分の個別相談)

場 所 湯沢市役所本庁舎会議室 (詳しい場所は予約時にお伝えします)

「こころの体温計」であなたのストレス度や落ち込み度がチェックできます

スマートフォン、パソコンで質問に答えると約1分で判定



湯沢市ホームページのバナーからアクセス

スマホはQRコードを読み込んでアクセス

<お申込み・お問合せ> 湯沢市健康対策課 0183-73-2124