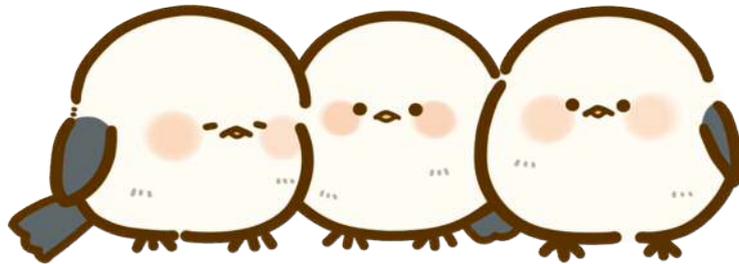


精神科医師による

こころの健康相談日のお知らせ



ちゃんと眠れてる？

こんな時にはご相談を・・・家族、知人の方でも大丈夫です。

- 眠れない
- 集中できない
- 認知症の対応が大変
- 人に会いたくない
- 人の視線が気になる
- 学校や仕事に行けない
- 成績や仕事の能率が落ちる
- 飲酒により日常生活や社会生活に支障をきたしている
- ギャンブルで日常生活や家庭生活に支障をきたしている
- 物忘れがひどく、何度も同じことを言う
- 落ち着かず、おかしなことを言う
- 意地悪されていると思い込む
- 引きこもり

【開催日時】 10時～11時

【会場】南幌町保健福祉総合センター あいくる

月	日	曜日	月	日	曜日	
令和7年	4月14日	月		10月20日	月	
	5月19日	月		11月17日	月	
	6月16日	月		12月15日	月	
	7月28日	月		令和8年	1月19日	月
	8月25日	月			2月16日	月
	9月29日	月			3月16日	月

※精神科医師による無料相談です。

※予約制となっていますので、電話・予約フォームでお申込みください。

連絡先 南幌町保健福祉総合センター あいくる
 保健福祉課 健康づくり係
 電話：378-5888

【申込期限】各開催日の前週金曜日の午前中まで

予約フォーム→ 