



# こころの相談窓口

豊岡市 2024年度版

## ひとりでつらい思いをいませんか？

眠れない、憂うつな気分が続いている、人との関わり方で悩んでいる、ストレスで身体の調子が悪い、もしかして認知症？、お酒の問題で困っているなどの悩みを抱えていませんか？  
1人で悩まず、こころの専門家に話をしてみませんか？ ご家族からの相談も受け付けています。

こころのケア相談 (精神科医師)		こころの相談室 (市役所の保健師・市役所の臨床心理士)	
4月18日(木)	相談時間 13時30分 ～ 16時30分 (予約制) (1人約45分)	4月 5日(金)	相談時間 13時00分 ～ 16時30分 (予約制) (1人約60分)
6月20日(木)		5月10日(金)	
8月22日(木)		6月 7日(金)	
10月17日(木)		7月 5日(金)	
12月19日(木)		8月 2日(金)	
2025年 2月20日(木)		9月 6日(金)	
	相談会場 豊岡市役所 立野庁舎	10月 4日(金)	相談会場 豊岡市役所 立野庁舎
		11月 1日(金)	
		12月 6日(金)	
		2025年 1月10日(金)	
		2月 7日(金)	
		3月 7日(金)	

※相談は、事前に予約してください。

【申込み・問合せ】 豊岡市健康増進課 (平日8:30～17:15)

☎ : 0796-21-9095

🏠 : 豊岡市立野町12-12 (豊岡市役所立野庁舎)