

完全予約制
秘密厳守

令和6年度

こころの

悩みや不安があり
元気が出ない

ホッと相談

眠れない
食欲がない

保健師によるこころの健康相談です。
お気軽にご相談ください。

＜＜相談日＞＞

令和6年	4月	9日・23日
	5月	14日・28日
	6月	11日・25日
	7月	9日・23日
	8月	6日・27日
	9月	10日・24日
	10月	8日・22日
	11月	12日・26日
	12月	10日・24日
令和7年	1月	14日・28日
	2月	4日・25日
	3月	11日・25日

＜＜時間＞＞

13:30～15:30
(1人1時間程度)

＜＜場所＞＞

あいばーく光

＜＜相談方法＞＞

対面・オンライン（ZOOM）
オンライン相談をご希望の場合は、
ホームページに記載している注意事項
を確認の上、2開庁日前までに申し込み
フォームよりお申込みください。
対面相談をご希望の場合は、電話または
申し込みフォームからお申込みください。



◀ 詳細及び申し込みフォーム
(光市ホームページ)

ご予約・お問い合わせ

光市健康増進課 TEL: 0833-74-3007

(土・日・祝・年末年始休み)