

# 常総こころの相談のご案内

「関東・東北豪雨」から1ヶ月が過ぎました。この時期は被災直後の緊張感が解けて、こころの疲れが出やすくなると言われています。

「疲れやすい」「生活リズムが戻らない」「気持ちが落ち込む」など、気になる症状をお持ちの方は、ぜひご利用ください。相談内容の秘密は厳守いたします。

## こころの相談室

茨城県精神保健福祉センターの相談員が相談に応じます。

### 日程・場所

- ・常総市保健センター 10/21(水)
- ・常総市役所 議会棟1階 11/4(水), 11/18(水)
- ・常総市石下庁舎 10/28(水), 11/25(水)

開設時間 午前10時から午後4時まで(全日程共通)

### ご予約・お問い合わせ

029-243-2870 (茨城県精神保健福祉センター)

\* 基本予約制。(予約なしの場合はお待ちいただくことがあります。)

## いばらきこころのホットライン

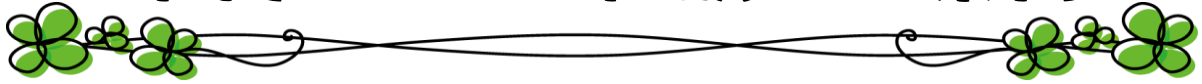
こころの悩みについて、電話で相談することができます。

祝祭日および年末年始をのぞいて、毎日実施しています。

029-244-0556

開設時間 午前9時から12時 / 午後1時から4時

# 常総こころの相談のご案内



## 夜間の出張相談のご案内

日常の中で、一息つきやすい時間や場所でご相談お受けいたします。「疲れやすい」「生活リズムが戻らない」「気持ちが落ち込む」など、気になる症状をお持ちの方は、ぜひご利用ください。医師および臨床心理士が相談に応じます。予約は不要です。相談内容の秘密は厳守いたします。

## 夜間の巡回相談

日時 毎週木曜日 午後6時から7時まで  
場所 あすなろの里(常総市大塚戸町310)

## 「いこいの郷常総」出張相談

日時 毎週金曜日 午後7時から8時まで  
場所 守谷公営浴場「いこいの郷常総」  
地域交流スペース(守谷市大木1468)

