

令和
7年度

こころの相談カレンダー

尾道市では、「心の健康」について相談を行っています。お気軽にご利用ください。

こんなことについて悩んでいませんか？

◆不眠が続く ◆ストレスが多く、体調が悪い ◆アルコール問題で悩んでいる

◆気持ちが沈んでゆううつ ◆人付き合いが苦手外出が難しい ◆自分の部屋に閉じこもり、家族とあまり話をしない など



場 所	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	時 間	申込・問合せ先
尾道市 総合福祉センター (門田町 22-5)	10 (木)	8 (木)	12 (木)	10 (木)	6 (水)	11 (木)	9 (木)	13 (木)	11 (木)	8 (木)	12 (木)	12 (木)	13:30 ～ 16:30	尾道市健康推進課 元気づくり係 (0848)24-1962
	22 (火)	27 (火)	24 (火)	29 (火)	26 (火)	30 (火)	28 (火)	25 (火)	23 (火)	27 (火)	24 (火)	24 (火)		
因島総合支所 (因島土生町 7-4)	24 (木)	29 (木)		24 (木)		1 (月)	23 (木)		18 (木)		16 (月)	19 (木)	13:00 ～ 16:00 [9/1と2/16のみ 13:30～16:30]	因島総合支所 健康推進課 (0845)22-0123
瀬戸田福祉保健センター (瀬戸田町林 1288-7)			26 (木)					27 (木)						
御調保健福祉センター (御調町市 107-1)	16 (水)	21 (水)	11 (水)	16 (水)	20 (水)	17 (水)	15 (水)	19 (水)	17 (水)	21 (水)	18 (水)	18 (水)	13:30～15:30	御調保健福祉センター (0848)76-2235

申 込 前日までに電話で申し込みが必要 (※①因島総合支所・瀬戸田福祉保健センターへの申し込みは 1 週間前までになります。)

(※②前日が祝日の場合は、前の平日が申し込み締め切りとなります。)

定 員 各日 2人(件) まで

料 金 無料

対 象 本人及びその家族 (心の健康に関して悩んでいる 等)

※尾道市民であり、治療中でない人のみご利用できます。(秘密は厳守します)

