

令和5年度

こころの 健康相談

不安

イライラ

落ち込み

疲れやすい

無料

予約制です。

相談日の3日前までに、お電話または
社会福祉課窓口でお申し込みください。

市民のどなたでもご相談いただけます。
ご本人以外の方でも、お気軽にご相談
ください。

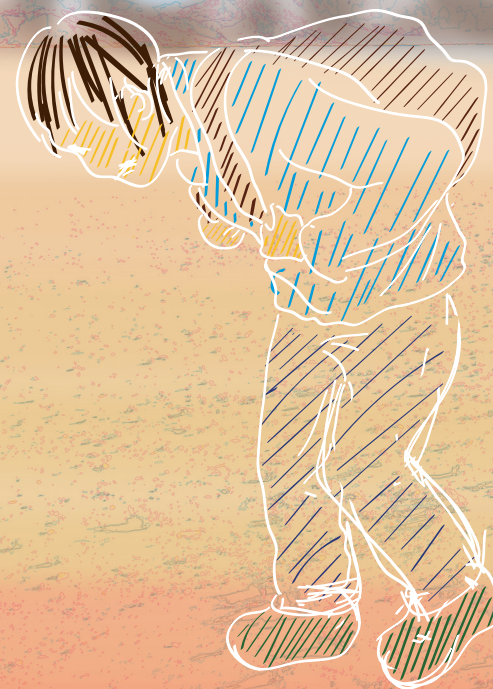
令和5年	4月28日	金
	5月23日	火
	6月23日	金
	7月25日	火
	8月25日	金
	9月26日	火
	10月27日	金
	11月28日	火
	12月22日	金
令和6年	1月23日	火
	2月16日	金
	3月12日	火

13:30～市役所相談室にて

※ 諸般の事情により日程や会場が
異なる場合があります。

問合・申込 岩沼市社会福祉課
TEL:0223-23-0509 保健師まで

でもどうか、無理をしすぎて
押しつぶされてしまわないで。



誰だって、大変だ。疲れている。

これくらいで音をあげてはいられない。

弱音を吐くなんて、かっこわるい。

……そうやって、重すぎる荷物を

たくさん背負いこんでしまっただいけませんか。

不安なとき、辛いとき、疲れてしまったとき。

ひと休みして、周りを見渡してみてもうどうでしょう。

思わぬところに新しい道を発見したり

頼もしい仲間が見つかったり

果てなく続く厳しい道にしか

見えていなかった目の前が

ずっと開けるかもしれません。

あなたがひと息つけるように

気持ちを話してみませんか。

