

令和7年度

天童市こころの健康相談

無料



ひとりで抱え込まずに話してみませんか？
健康センターを会場に、下記のとおり開催します。

こころの健康相談

【内容】

最近気分が沈んでいる、なかなか寝付けない、家族のことで相談したい等、こころの健康に関して、精神科医師が個別相談に応じます

【日時】 予約制

1	4月22日（火）
2	6月 3日（火）
3	7月 8日（火）
4	10月14日（火）
5	12月 9日（火）
6	令和8年1月20日（火）

開催日の3日前までにご予約ください

【時間】 ① 午後1時30分～
② 午後2時20分～

アルコール関連家族相談

【内容】

お酒の問題で悩んでいる家族の悩みに、精神保健福祉士が個別相談に応じます

【日時】 予約制

1	5月 8日（木）
2	8月 7日（木）
3	11月 6日（木）
4	令和8年2月5日（木）

開催日の3日前までにご予約ください

【時間】 ① 午後1時30分～
② 午後2時20分～

アルコールミーティング

【内容】

アルコールに伴う問題でお困りのご家族が集い、気持ちや体験を分かち合う場です

【日時】

1	5月14日（水）
2	8月13日（水）
3	11月12日（水）
4	令和8年2月4日（水）

事前にお問合わせください

【時間】 午後2時～午後3時30分

こころの悩み相談会

【内容】

不安な気持ちになる、やる気が起こらない等、こころの健康に関して、精神保健福祉士や保健師が個別相談に応じます

【開催時期】 予約制

9月・翌年3月

詳しい日程等の詳細は市報でお知らせします

予約・お問い合わせ

天童市健康課（市民病院隣）

天童市健康センター

電話 023-652-0884（平日8：30～17：15）

※日程が変更になる場合がありますので、市報でご確認ください

※相談は予約制のため、締切日前でもお断りする場合がありますので、ご了承ください



こころの体温計

天童市のホームページやスマートフォン・Webで簡単にアクセスできます
ストレス度・落ち込み度を気軽にチェックしてみませんか？

