

話して、いいんだよ。

もやもやする、悲しい、苦しい、
イライラする・・・
心がはりさけそうになっていませんか。

つらいことをつらいと感じるのは
あなたが悪いではありません。
心と体の当たり前の反応です。
つらい時、つらい気持ちを
人に伝えることは、弱さなどではなく、
明日を切り拓いてゆく勇気です。

私たちに、あなたの気持ちを
聞かせてくれませんか。



問い合わせ先

香川県小豆総合事務所（小豆保健所）
保健福祉課 精神保健担当

電話番号

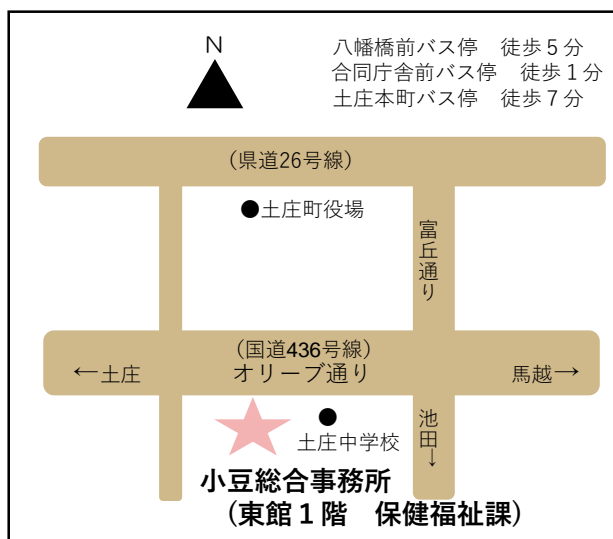
0879-62-1373

受付時間

月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）
8時30分～17時

アクセス

〒761-4121 香川県小豆郡土庄町湊崎甲2079-5



こころの
相談

あなたの悩みを聞いて、気持ちや
状況の整理をお手伝いします。



香川県小豆総合事務所

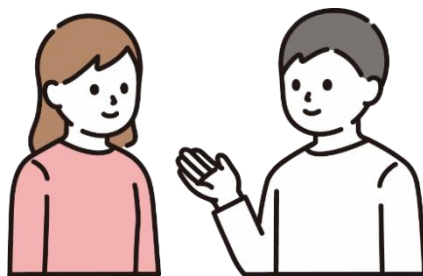
悩みをひとりで抱え込んでいませんか？

「こころの相談」では、あなたの悩みをお聞きし、解決できるようにお手伝いします。

相談方法は選べます

電話で 相談する

直接お越しいただけない方も
お電話にてご対応いたします。



担当のスタッフが丁寧に
対応いたします。

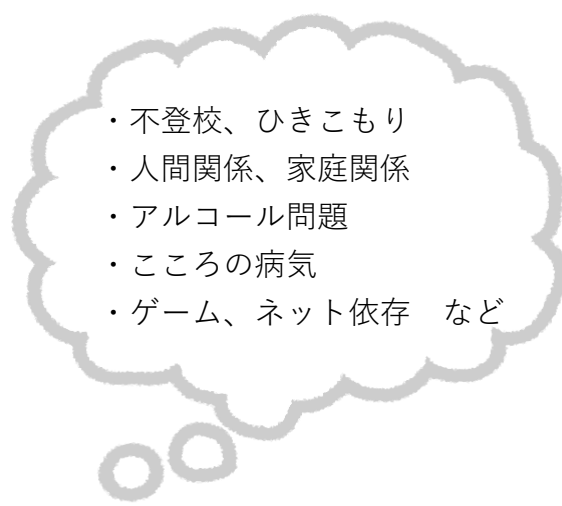
面談する

あなたの秘密は守ります

- 相談は匿名でも大丈夫です。
- 面談場所をご自宅か、保健所の相談室になります。

- 電話番号等の個人情報は、ご本人の了解なしに保健所からの連絡以外に使われることはありません。

大きくふくらんだつらい思いは、「話して」「離す」ことで少し小さくなることもあります。

- 
- ・不登校、ひきこもり
 - ・人間関係、家庭関係
 - ・アルコール問題
 - ・こころの病気
 - ・ゲーム、ネット依存 など

こころの悩み相談（精神科医）

第一木曜日 ※要予約

14時30分～16時10分



思春期相談（精神科医）

奇数月 第三火曜日 ※要予約

14時30分～16時10分

相談員・保健師による相談

月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）

8時30分～17時