

心の健康相談会のお知らせ

天栄村健康保健センター(へるすぴあ)では、公認心理師による心の健康に関する相談会を下記日程にて開催しております。

「夜眠れない」、「気持ちが沈みやる気がおきない」、「ひきこもっている」など、心の疲れを感じてはいませんか。

ご自身のことはもちろん、ご家族やご友人のことで心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。秘密は厳守いたします。



令和3年4月14日(水)	◆午後	令和3年10月13日(水)	◆午後
令和3年5月26日(水)	◇午前	令和3年11月24日(水)	◇午前
終了しました		令和3年12月3日(金)	◆午後
		令和4年1月14日(金)	◆午後
令和3年8月11日(水)	◆午後	令和4年2月16日(水)	◇午前
令和3年9月3日(金)	◆午後	令和4年3月4日(金)	◆午後

(◇午前:8時30分~12時 ◆午後:13時~17時)

- ❖ 相談担当:公認心理師 高橋 伸 先生(女性)
- ❖ 場所:へるすぴあ(来所できない場合は、ご自宅への訪問相談も可能です◎)
- ❖ 料金:無料
- ❖ 相談には、事前に予約が必要です。へるすぴあ(82-3800)までご連絡ください。
- ❖ 相談日及び受付時間は、開催日によって異なります。詳しくは、上記の表をご確認ください。

村内の相談窓口のご案内

こころと体の健康に関する相談

住民福祉課健康増進係(へるすぴあ) ☎82-3800

身体・知的・精神障がい福祉等の相談

住民福祉課福祉係(役場1階) ☎82-2115

消費生活・多重債務等法律相談

住民福祉課住民生活係(役場1階) ☎82-2114

高齢者に関するあらゆる相談

天栄村地域包括支援センター ☎82-3833

少しでもお困りのことがございましたら、
お気軽にご相談ください！

伸先生は、お子様の発達に関する
ご相談もお受けしております！



天栄村マスコットキャラクター
ふたまたぎつね

SNS相談



よりそいチャット (特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク)

SNS やチャットによる自殺防止の相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動等へのつながりも行う。様々な分野の専門家及び全国の地域拠点と連携して「生きることの包括的な支援」を行う。

❖相談時間 月～金(水除く)・日曜日 17時～22時半(受付22時まで)
水曜日 11時～16時半(受付16時まで)

❖LINE 「生きづらびっと」友だち追加
ID@yorisoi-chat



こころのほっとチャット (特定非営利活動法人 東京メンタルヘルス・スクエア)

主要 SNS (LINE、Twitter、Facebook) 及びウェブチャットから、年齢・性別を問わず相談に応じる。相談内容から必要に応じて対面相談・電話相談(一般電話回線のほかに通話アプリ(LINE、Skype等)にも対応)及び全国の福祉事務所・自立相談支援機関・保健所・精神保健福祉センター・児童相談所・総合労働相談等の公的機関や様々な分野のNPO団体へつながり支援を行う。

❖相談時間 毎日 第1部 12時～15時50分(15時まで受付)
第2部 17時～20時50分(20時まで受付)
第3部 21時～23時50分(23時まで受付)
毎月1回 最終土曜日から日曜日 24時～5時50分(5時まで受付)

❖LINE

「こころのほっとチャット」
友だち追加
ID@kokorohotchat



❖Twitter

こころのほっとチャット
公的アカウント



❖Facebook

こころのほっとチャット
公的アカウント



❖チャット

こころのほっとチャット
ウェブチャットのご案内



新型コロナウイルス関連



新型コロナウイルス感染症対策 支援情報ナビ (内閣官房)

新型コロナウイルス感染症対策として、右記のサイトでは、自分に合った支援先情報を手軽に検索することができます。

また、サイトを開くとストレスチェックができるページへのリンクがあり、ストレス状況に応じた支援先の情報が得られます。



こころの電話 (福島県精神保健福祉センター)

平日 9時00分～17時00分 TEL 024-535-5560

県中保健福祉事務所

平日 8時30分～17時15分 TEL 0248-75-7811