

# 上峰町民こころの相談☎



## ホットライン開設

# 0952-52-4930

一人で悩まないで。私たちと共に考えましょう。

こんなお悩みはありませんか？ ○相談員は産業カウンセラー

### 職場の悩み

上司や同僚とうまくつき合えない  
職場の士気を高めるメンタルヘルスケア  
明るいコミュニティづくり

### 家族の悩み

親子関係がうまくいっていない  
夫婦の間に会話がないう・ケンカが多い  
育児が大変で嫌になる

### 対人関係の悩み

異性とうまくつき合えない  
自分の言いたいことをうまく伝えられない  
部屋の外へ、社会の中に出てゆけない

### 性格や行動に関する悩み

ストレスをうまく解消できない  
眠れない・眠りが浅い・早く目が覚める  
憂鬱な気分、不安な気持ちが続く

なお、相談内容、個人情報等は守秘義務により厳守されます。

- 産業カウンセラーとは、問題を抱えて困っている人の話に耳を傾け、助言を与える専門家のことです。  
企業などで人間関係やストレスなどに悩む従業員の心のケアを専門的に行います。

相談開催日：平成28年9月26日（月曜日） 事前にご予約が必要です。

相談開催時間：10:00～12:00

基調講演日時 平成28年9月26日（月曜日）13:30～15:00

会場：おたっしゃ館大広間

登壇者：NPO 法人ワーク&ライフサポート 平井 秀彦 氏

標 題：あなたのこころの健康、大丈夫ですか？



参加料無料

（問い合わせ・ご予約は）

☆社会福祉法人上峰町社会福祉協議会

住 所：三養基郡上峰町大字前牟田107番地2 電 話：0952-52-4930

受付時間 月～金 9:30～17:00 メール：[otassha@town.kamimine.lg.jp](mailto:otassha@town.kamimine.lg.jp)

本事業は、社会福祉法人上峰町社会福祉協議会が上峰町から委託を受けて実施しています。