

あなたのための

KOKOROの相談室

要予約

あなたの気持ちを
話してみませんか

この事業はNPO法人おせっかい工房咲風里が、佐賀県地域自殺対策強化事業(民間団体補助)により実施します。

開設場所 佐賀市市民活動プラザ 佐賀市白山2丁目1番12号 佐賀商工ビル7階

※会場は変わる場合があります。詳しくはお電話でお問い合わせください。

開設日時 奇数月(令和6年7・9・11月・令和7年1・3月) 月1回 金曜日 ①18時～ ②19時～ ③20時～
偶数月(令和6年8・10・12月・令和7年2月) 月1回 火曜日 ①13時～ ②14時～ ③15時～

内容 カウンセラーがあなたに寄り添い、お話をうかがいます。

費用 無料

予約方法 電話または FAXで、予約専用窓口までご連絡ください。

電話 080-3373-0077 FAX 0942-55-4664 メール sapuri-kouza@outlook.jp

予約受付 平日 9時00分～17時30分 ※土・日曜、祝日、年末年始を除く

災害等の不測な事態により、日程、会場については変更になることもあります。

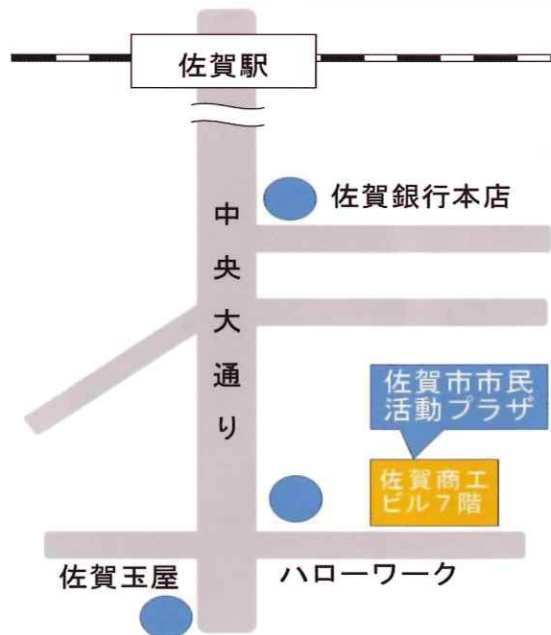


あなたのための

KOKOROの相談室

開設日時・場所

(奇数月) 金曜日		時間
令和6年	7月26日	①18:00~
	9月27日	
7年	11月22日	②19:00~
	1月24日	
7年	3月28日	③20:00~
(偶数月) 火曜日		時間
令和6年	8月13日	①13:00~
	10月8日	
7年	12月10日	②14:00~
	2月18日	
7年		③15:00~



※災害など不測の事態により、日程が変更になる場合があります。

話してみませんか？ 少しほっとします。

1. 気持ちを誰かに話すだけで心理的ストレスは軽減されます

- ◇ モヤモヤとした「不安」などは、毎日の生活につきものです。
- ◇ 不安な気持ちがあっても、人と語り合うことで次第に気持ちがスッキリして、楽になります。
- ◇ そうしながら、何かしらの困りごととも解決の糸口が見つかるかもしれません。

2. 他人の力を借りることは大切です

- ◇ 思いがけない出来事や、どうにもならない悩みや強い不安など、自分自身で解決することが困難な場合には、周囲の方へ相談したり、カウンセラーなどの専門家の支援を利用しましょう。

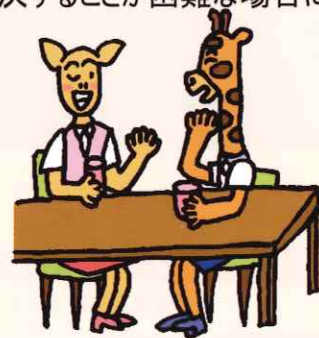
3. 安心して相談できます

その1 メンタルヘルスケア専門家が対応いたします

資格を持ったカウンセラーが対応します。
日にちによってスタッフが異なりますのでご了承ください。

その2 秘密厳守いたします

プライバシーには十分に配慮し、相談者の秘密は固く守ります。
相談時間は、約45分。本人だけでなく、家族や支援者からのご相談にも応じます。



電話は080-3373-0077 FAXの方は、以下の予約申込書をご記入の上 FAX 0942-55-4664までお送り下さい。

メールはsapuri-kouza@outlook.jp までお送りください。右記のQRコードからもお申込みいただけます。

※後程、事務局よりご予約できる日にちをお電話でご連絡いたします。

【申し込み日】 年 月 日



2024年度KOKOROの相談室 予約申込書			
フリガナ			
氏名	携帯電話		
相談に来る方	ご本人 / ご家族(関係性:) / 支援者 / その他()		

この事業は、佐賀県地域自殺対策強化事業(民間団体補助)にて実施しています