

こころの相談・サロン広場

能登中部保健福祉センター
令和8年8月31日 発行

先日の能登南部の大雨では、多くの被害がありました。災害の後、こころのバランスを崩して気持ちが不安定になる事は、正常な反応です。こころとからだの健康を守るために、以下の通りこころの相談及びサロンを開催いたします。気軽にご参加ください。



このようなこころとからだの変化はありませんか？

- ・眠れない
- ・悲しさや寂しさが強い
- ・疲れやすい
- ・いらいらしやすくなる
- ・食欲がない
- ・好きなこともやりたくない
- ・下痢や便秘が続く
- など

R 8 年 9 月

日時 : 右記カレンダーの ○ の日

9:00~12:00

場所 : 羽咋地域センター

対象者 : 羽咋市・宝達志水町・中能登町・志賀町
にお住まいの方で被災された方

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

◎こころの健康相談

内容 : 保健師による心の健康に関する個別相談。
必要に応じて、専門医の相談にお繋ぎすることも
できます。電話での相談も受け付けています。



◎サロン広場

内容 : 被災された方同士気持ちを癒すため、気軽にお話しできる場所です。
安心できる場所で、ゆっくり語りませんか。

【羽咋地域センター】

TEL 0767-22-1170

MAIL hakui@pref.ishikawa.lg.jp

