

話すことで、
開ける、進む。

あなたのための

要
予
約

KOKORO の 相談室

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 佐賀商エビル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4年7・9・11・1月・令和5年3月)の第3火曜日

①13:00~ ②14:00~ ③15:00~

偶数月(令和4年6・8・10・12月・令和5年2月)の第4金曜日

①18:00~ ②19:00~ ③20:00~

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

災害や新型コロナウイルス感染等の不測の事態により、対面以外の方法で実施することや、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

こんな方におすすめです

1) 他人の力を借りることの大切さ

- ◇ 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。

2) 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。
- ◇ 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、楽になります。
- ◇ そうしながら、何かしらの困りごと解決の糸口が見つかるかもしれません。

3) メンタルヘルスケア専門家が対応

- ◇ 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。

4) 秘密厳守

- ◇ 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。

5) まずはお気軽にご連絡を

- ◇ 「愚痴を聞いてもらいたい」「家庭や職場での人間関係がうまくいかない」等、人には言いづらい悩みや心配事をカウンセラーがお聞きします。
- ◇ 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。
- ◇ FAXまたはメールでご予約下さい。



開催日時・場所 佐賀市市民活動プラザ（※駐車場も完備しております）
佐賀市白山2丁目1番12号佐賀商エビル7階

令和4年	7月19日(火)	① 13:00~ ② 14:00~ ③ 15:00~	令和4年	6月24日(金)	① 18:00~ ② 19:00~ ③ 20:00~
	9月20日(火)			8月26日(金)	
	11月15日(火)			10月28日(金)	
5年	1月17日(火)	5年	2月24日(金)		
	3月21日(火)				



※災害や新型コロナウイルス感染症拡大など不測の事態により、対面以外の方法で実施する場合があります。

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コードからお申込みいただけます。
※後程、事務局よりご予約頂けるお日にちを電話でご連絡いたします。



【申し込み日】 年 月 日

2022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