あなたのための

KOKOROの相談室

要予約

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。

NPO法人 おせっかい工房 咲風里

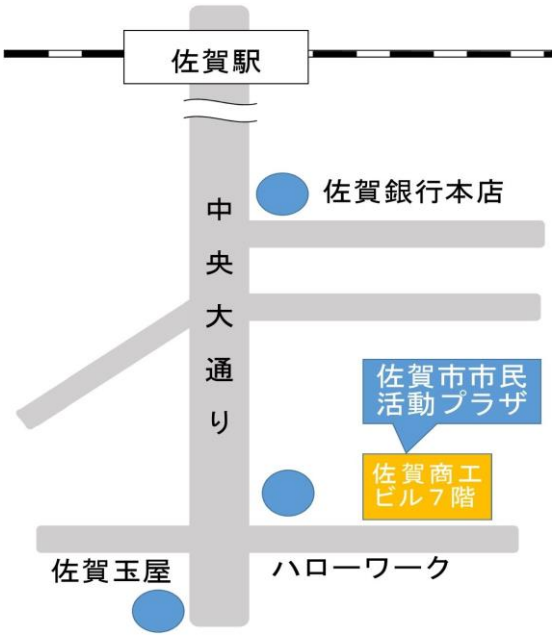
お問い合わせ

電話 **080-3373-0077** FAX 0942-55-4664
メール sapuri-kouza@outlook.jp　URL http://npo-sapuri.com

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	
	11月22日	②19:00～
7年	1月24日	
	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	
	12月10日	②14:00～
7年	2月18日	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		携帯電話	
氏　名			
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