

# 仙北市自殺予防 こころの相談

○臨床心理士、公認心理師



“心配で眠れない” “疲れがとれない” “食欲がない” “酒量が増えた・・・”  
“相談したってしょうがない” “だれもわかってくれない・・・”  
そんなあなたに、こころの相談をおすすめしています。声を出してみませんか。  
話せるところから、思いつくままに、ゆっくり話してみませんか。

## 【相談方法】

- 対面または電話相談（無料） ※秘密厳守
- 要予約 保健課（8：30～17：00）月～金（祝日除）

## 【相談場所】

- 角館町：角館庁舎／角館町中菅沢81番地8号
- 西木町：西木総合開発センター（中央公民館）／西木町上荒井字古堀田47番地
- 田沢湖町：田沢湖健康増進センター／田沢湖生保内宮ノ後30

## 【ご予約・お問い合わせ先】

〒014-0392 秋田県仙北市角館町中菅沢81番地8  
仙北市保健課 TEL 0187-43-2252 FAX 0187-54-1117

相談時間:1回50分 午前:①10:00~ ②11:00~ 午後:③13:30~ ④14:30~								
年月	角館町(庁舎)					田沢湖健康 増進センター	西木総合開 発センター	
令和5年	4月	6日(木)	10日(月) 午前のみ	17日(月)	24日(月) 午後のみ		19日(水) 午後のみ	
	5月	8日(月) 午後のみ	15日(月) 午前のみ	22日(月) 午前のみ	29日(月) 午後のみ		17日(水) 午後のみ	9日(火) 午前のみ
	6月	1日(木)	8日(木) 午後のみ	15日(木)	26日(月) 午後のみ		21日(水) 午後のみ	
	7月	3日(月)	6日(木) 午前のみ	20日(木) 午後のみ	24日(月) 午後のみ	31日(月) 午前のみ	19日(水) 午後のみ	11日(火) 午前のみ
	8月	7日(月) 午前のみ	10日(木)	15日(木) 午前のみ			16日(水) 午後のみ	
	9月	4日(月) 午前のみ	5日(火) 午前のみ	14日(木) 午前のみ	21日(木) 午前のみ	25日(月) 午後のみ	20日(水) 午後のみ	12日(火) 午前のみ
	10月	5日(木)	12日(木) 午前のみ	18日(水)	23日(月) 午後のみ		11日(水) 午後のみ	
	11月	9日(木)	16日(木) 午前のみ	22日(水) 午前のみ	27日(月) 午後のみ		15日(水) 午後のみ	14日(火) 午前のみ
令和6年	12月	4日(月)	11日(月) 午前のみ	18日(月)	25日(月)		20日(水) 午後のみ	
	1月	11日(木) 午前のみ	18日(木) 午前のみ	24日(水)	29日(月) 午前のみ		17日(水) 午後のみ	9日(火) 午前のみ
	2月	8日(木)	15日(木) 午前のみ	22日(木)	29日(木) 午前のみ		21日(水) 午後のみ	
	3月	4日(月)	13日(水)	18日(月) 午前のみ	25日(月) 午前のみ		27日(水) 午後のみ	12日(火) 午前のみ

※上記予定日以外に相談をご希望の方は、保健課にお問合せください。