

令和8年度
～伊予市こころの健康相談～

相談
無料

秘密
厳守

一人で悩みを抱えていませんか？



- ・不安や悩みについて相談担当者がお話を伺います。
- ・事前予約制です。相談日の前日までにご連絡ください。

☎ 089-983-4052(伊予市保健センター)

相談担当者

A: 精神保健福祉士・公認心理士

くまもと そのこ
熊本 園子 先生

①13:00～ ②14:30～ ③16:00～

B: 精神科医師

ありいえ よしのり
有家 佳紀 先生

①13:00～ ②14:15～ ③15:30～

場所

伊予市保健センター

(伊予市尾崎 3 番地 1 / 総合保健福祉センター1F)

相談日	相談担当者
4月8日(水)	A
5月13日(水)	A
6月3日(水)	A
7月8日(水)	A
8月5日(水)	A
9月9日(水)	B
10月7日(水)	A
11月4日(水)	A
12月2日(水)	A
1月6日(水)	A
2月3日(水)	B
3月3日(水)	A



このような悩みはありませんか？ 一緒に考えるお手伝いをします。

学校や会社に行く
のがしんどい。
朝、起きられず
気力が湧かない。

家族の様子がおかしい。
生活リズムが崩れて
しんどそうだけど
相談先がわからない。

周りの人には
悩みやしんどさを
知られたくない。

こころの病気や治療
について気になる
ことがある。

精神科・心療内科の
受診を考えている
けど、初めて行くので
なんだか怖い。

身近な人が亡くなって
気持ちが落ち込む。