

こころの保健室

《ご 案 内》

平成 30 年7月豪雨災害により、被災されたみなさまに心よりお見舞い申し上げます。

「夜中に度々目が覚める」「ぐっすり休めた感じがしない」「仕事に集中できない」「日々疲れている、話を聞いてほしい」など心身の不調を感じたときは、こころの保健室にご相談ください。

平成30年9月1日から当分の間（祝祭日は除く）

曜日	時間	場所
月	10～16時	宇和島市役所 1F 守衛室
水		
土		吉田公民館 2F 第2控室

*入口ドアに「保健室」と表示しています。

☎ 070-4130-7645（相談員、上記時間内限り）

スタッフ：日本精神科看護協会 看護師または、
愛媛県精神保健福祉士会 精神保健福祉士

※不在の時がありますので、できれば事前にご連絡下さい

【月・水】☎ 0895-24-1111（代表）

（内線 2473 宇和島市総務課、2101 宇和島市保険健康課）

【土】☎ 0895-49-7096（直通）

（吉田支所健康推進係）

電話での相談をご希望の方は、通話料無料の

被災者専用こころの相談ダイヤル☎0800-200-2222

（毎日9時～17時）をご利用下さい。

話を聞いてもらうことで、気持ちが少し楽になることもあります。お気軽にお声かけください。

事業に関するお問合せは、愛媛県健康増進課 089-912-2403

