

# 心の相談室

心に関係する不調はありませんか？例えば…



眠れない



物忘れが増えた



不安が強い



やる気がでない



イライラする

様々なところの症状に、精神科医と保健師等による心の相談室を実施しています。お気軽にご相談下さい。

**日時と場所** 原則 第2木曜日・第4金曜日 午後1時30分から午後3時30分

- ・千代田保健所（千代田区九段北1-2-14）
- ・かがやきプラザ 4階（千代田区九段南1-6-10）

\* 詳細は裏面の日程表をご参照下さい。予約制です。

\* 日程は変更する場合があります。最新情報は千代田区のホームページをご確認頂くか千代田保健所までご連絡下さい。

\* 地図は裏面をご参照下さい。

**対象** 千代田区にお住まいの方とそのご家族

\* 区民の方とそのご家族の方の相談が優先ですが  
在勤・在学の方の相談も承ります。

**ご予約・お問合せ**

千代田保健所保健サービス課保健相談係  
電話：03-5211-8175

# 令和6年度の相談日

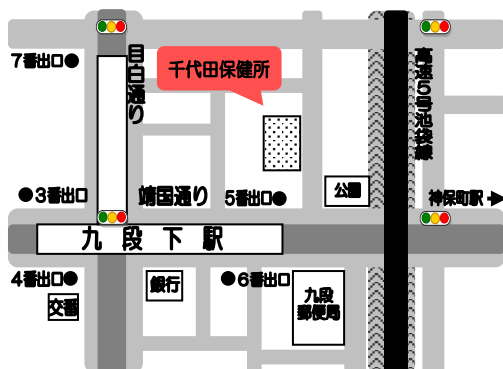
令和6.4.1 現在

月	原則 第2木曜日	原則 第4金曜日
令和6年 4月	★11日	26日
5月	★9日	24日
6月	★13日	28日
7月	★11日	26日
8月	★8日	23日
9月	★12日	27日
10月	★10日	25日
11月	★14日	22日
12月	★12日	27日
令和7年 1月	★9日	24日
2月	★13日	28日
3月	★13日	28日
時間	①午後1時30分～午後2時10分	
	②午後2時10分～午後2時50分	
	③午後2時50分～午後3時30分	

※予約制です。お申し込みは、表面の連絡先へお願い致します。  
 ※★印の日は、かがやきプラザです。

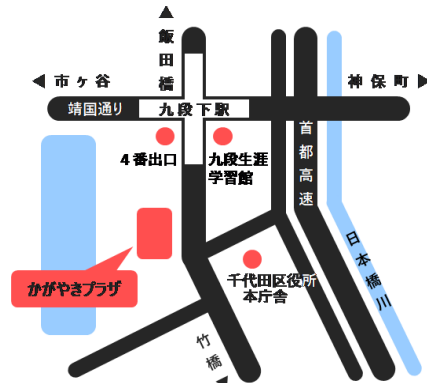


千代田保健所地図



■交通機関  
 東京メトロ東西線・半蔵門線  
 ・都営新宿線九段下駅 5番出口 徒歩2分

かがやきプラザ地図



■交通機関  
 東京メトロ東西線・半蔵門線  
 ・都営新宿線九段下駅 徒歩5分