



こころ お酒の悩み相談



職場や家庭、人間関係などのストレスから、こころが疲れていませんか？
西予市では、さまざまなこころの悩みや不安に精神科医師や保健師等がご相談に応じる
「こころの悩み相談」、専門の相談員や保健師がアルコールに関するご相談に応じる
「お酒の悩み相談」を下記のとおり受けています。

相談は、必ずしも本人でなくてもかまいません。相談に関する秘密は固く守ります。

【令和8年度相談日】

| 相談 | こころの悩み相談 | お酒の悩み相談 |
|------|--|---|
| 会場 | 西予市教育保健センター 2階集団指導室 | 西予市教育保健センター 2階集団指導室 |
| 時間 | 14:00～16:00 | 14:00～15:00 |
| 日程 | 令和8年 5月20日(水) 7月15日(水) 10月21日(水) 11月18日(水) 令和9年 1月20日(水) 3月17日(水) | 令和8年 5月13日(水) 8月12日(水) 11月11日(水) 令和9年 2月10日(水) |
| 予約締切 | 相談日の2日前まで | 相談日の2日前まで |
| 対象 | 相談を希望される方で原則初めての方 | 相談を希望される方 |



※医師や相談員の都合等により日程が変更になることがあります
※「広報せいよ」、「市ホームページ」等にも相談日を掲載しています

【お申込み・お問い合わせ】

健康づくり推進課 もしくは 各支所 地域生活課の保健師までご連絡ください



西予市 健康づくり推進課 62-6407
明浜支所 地域生活課 64-1280
城川支所 地域生活課 82-1113
野村支所 地域生活課 72-1112
三瓶支所 地域生活課 33-1111

ため込んでいた思いや悩みを打ち明けることで
こころは軽くなります

1人で抱え込まないで
まずは相談しましょう

