

あなたのための

KOKORO の 相談室

要予約

話すことで、開ける、進む。

カウンセリングのメリット

今抱えている
問題を
整理できる

考え方を
今の状況に
適したものに
切り換えられる

人とうまく
つきあうための
自分なりの方法を
見つけられる

自分の考え方の
くせや意外な長所に
気づくことができる

開設場所

佐賀市市民活動プラザ

佐賀市白山2丁目1番12号 佐賀商ビル7階

※会場は変わる場合があります。詳しくはお電話でお問い合わせください。

開設日時

毎月の第4金曜日 18:00~21:00

内容

カウンセラーがあなたに寄り添い、お話をうかがいます。

費用

無料

予約方法

電話または FAXで、予約専用窓口までご連絡ください。

電話 080-3373-0077 FAX 0942-55-4664

メール sapuri-kouza@outlook.jp

予約受付

平日 9時00分~17時30分 ※土・日曜、祝日、年末年始を除く

お問い合わせ 電話 080-3373-0077 FAX 0942-55-4664

メール sapuri-kouza@outlook.jp URL <http://npo-sapuri.com>

この事業はNPO法人おせっかい工房咲風里が佐賀県地域自殺対策強化事業(民間団体補助)により実施しています。

咲風里
NPO法人
おせっかい工房



あなたのための

KOKOROの相談室

働きつづけるために、生きやすくするための支援

安心して相談できる理由

その1 メンタルヘルスにまつわる最新情報を提供

- ✦ 自分自身で行う基礎知識「セルフケア」
- ✦ ストレスやストレスからの疲労に気づく「セルフチェック」
- ✦ メンタルヘルス不調をかかえた人に対する、休業制度や治療と就労両立支援など



その2 メンタルヘルスケア専門家が対応

産業カウンセラー、精神保健福祉士等やカウンセラー等の資格を持ったスタッフが対応します。日にちによってスタッフが異なりますのでご了承ください。

その3 秘密厳守

プライバシーには十分に配慮し、相談者の秘密は固く守ります。

まずはお気軽にご連絡を

「愚痴を聞いてもらいたい」「家庭や職場での人間関係がうまくいかない」等、言いづらい悩みや心配事等をカウンセラーがお聞きします。相談時間は約40分。本人以外の家族や支援者からのご相談にも応じます。FAX またはメールでご予約ください。



開所日時 毎月第4金曜日 18:00~21:00

日にち	6月21日 / 7月26日 / 8月23日
	9月27日 / 10月25日 / 11月22日
	12月27日
時間	1月24日 / 2月28日 / 3月27日
	① 18:00~ ② 19:00~ ③ 20:00~

場所 佐賀市市民活動プラザ 佐賀市白山2丁目1番12号
佐賀商工ビル7階
※駐車場も完備しております。



電話は 080-3373-0077
FAXは 0942-55-4664
メールは sapuri-kouza@outlook.jp までお送りください
後程、事務局よりご予約頂けるお日にちを電話でご連絡いたします。



【申し込み日】 年 月 日

2019年度KOKOROの相談室 予約申込書			
フリガナ		携帯電話	
氏名			
相談に来る方	ご本人 / ご家族(関係性:) / 支援者 / その他()		