

あなたのための

KOKORO の 相談室

要予約

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)により実施します。

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

災害や新型コロナウイルス感染等の不測の事態により、対面以外の方法で実施することや、会場については変更になることもあります。

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 佐賀商エビル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



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



相談・カウンセリング

カウンセリングで悩みを整理し
気持ちを楽にします

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

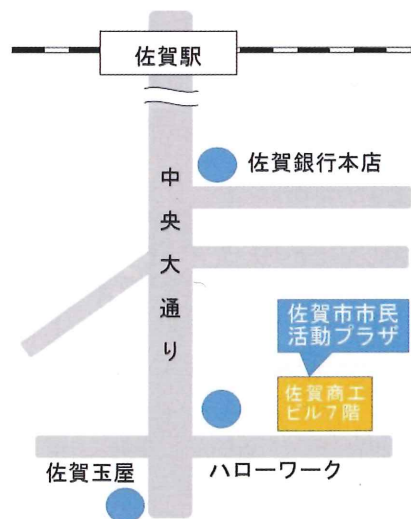
6 月 26 日 / 7 月 31 日 / 8 月 21 日
9 月 25 日 / 10 月 30 日 / 11 月 27 日
12 月 25 日
1 月 29 日 / 2 月 26 日 / 3 月 26 日

時 間

①18:00～ ②19:00～ ③20:00～

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

2020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()		

この事業は、佐賀県地域自殺対策強化事業(民間団体補助)にて実施しています