

あなたの心を支える力になります。  
まずは相談してみませんか？

## こころのEメール相談

秋田県北NPO支援センター

悩みを聞いてほしいけど、窓口での相談や電話ではちょっと…というかたには、Eメールでの相談を受け付けます。

内容は「心の相談」に限らせていただきます。また、返信までに日数が掛かることもあります。

と き 10月1日～平成22年3月31日(24時間受け付け)  
✉cocoro@energy.ocn.ne.jp



## こころの相談個人面接

NPOメンタルヘルス・ビューロー秋田支部

心の悩みをじっくりと聞いてもらいたいかたに、臨床心理士が心の健康を回復するためのカウンセリングを行います(1回約50分)。

と き 10月1日～平成22年3月31日  
月～水曜日・金～土曜日 10時～12時、14時～17時  
※祝日と年末年始(12/29～H22.1/3)を除く

と ころ 市民体育館2階(中城1番地)

対 象 市内に住所があるかた

料 金 初回のみ無料(下記の無料券を持参してください)。  
2回目以降は有料になります。

◆相談には事前に予約が必要です。  
電話でお申し込みください。 ☎43-5703

問い合わせは 健康推進課 自殺予防対策協議会事務局 ☎42-9055

きりーとーりーせん

## こころの相談 個人面接無料券

NPOメンタルヘルス・ビューロー秋田支部

無料券をお持ちのかたは、初回に限り、無料で相談することが出来ます(約50分)。

※相談には事前に予約が必要です。住所とお名前を記入のうえ、面接時にお持ちください。

有効期限 10月1日～平成22年3月31日

住所

名前