

## こころの相談

～1人で悩まず相談してください～

眠れない、やる気が起きない等の心身の不調や不安・悩みを抱えている方、自死遺族の方の相談に応じています。

### 日時

9月11日(水) 13:30～15:30

### 場所

市役所1階相談室

### 相談員

心理士、保健師

### 申込み

9月6日(金)までに、電話でお申し込みください。

\*すでに精神科を受診し、かかりつけ医がいる方は対象になりません。

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2383

## 小さな相談室

～図書館で少しお話していきませんか～

あなたの悩みや気持ちを聞かせてください。

市民ならどなたでも安心してご利用できます。

### 日時

9月26日(木) 10:00～15:00

### 場所

市立図書館2階 対面朗読室&おはなしの部屋

### 相談員

メンタルケアスペシャリスト(精神対話士) 寺山静夏氏

### 申込み

寺山氏携帯(Tel.090-7793-8595)までお申し込みください。

### 問い合わせ先

健康推進課 内線2383

## こころの休み処(どころ)

～ちょっと涼んでいきませんか?～

気分をリフレッシュしたい、スタッフと軽いおしゃべりをしたい等、あなたのこころの休憩にどうぞお立ち寄りください。

コーヒーやお菓子を用意してお待ちしています。

### 日時・場所

▷9月6日(金) 13:30～15:30

五所川原市立図書館2階 対面朗読室&おはなしの部屋

▷9月30日(月) 9:30～11:30

金木総合支所1階ラウンジ

\*予約不要。

### スタッフ

NPO法人ほほえみの会、市保健師等

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2383



## エンゼル相談

保健師・栄養士が、お子さんの成長発達や離乳食、子育てに関することなどご相談に応じます。

また、設定日以外にも、相談対応をしていますので、ご連絡ください。

### 日時

9月5日(木) 10:00～11:30

### 場所

保健センター五所川原(働く婦人の家)

### 持ち物

母子健康手帳、バスタオル(体重計をご利用の方)

\*3日前までの予約が必要です。

\*予約者なしの場合は、開催しません。

### 問い合わせ・申込先

こども家庭センター  
内線2473/電子メールkosodate@city.goshogawara.lg.jp

エンゼル相談  
申し込みフォーム  
QR



そ

の

他

## 五所川原工科高等学校 学校公開

授業や実習の様子などを知っていただくために、学校公開を行います。

期間中は自由に施設見学、授業参観ができますので、お気軽にご来校ください。

### 日時

9月9日(月) 8:50～15:15  
(12:40～13:25は昼休み)

### 対象

中学生および保護者、地域住民、中学校教職員、本校生徒の保護者

### 受付

8:40から終了まで随時  
(事前の申込みは不要)

### その他

▷上履きを持参してください。

▷体調が悪い方は来校をご遠慮ください。

### 問い合わせ先

五所川原工科高校 教務部

Tel.35-3444



## 五所川原小学校創立150周年 記念事業「フルーツとピアノ によるコンサート」

五所川原小学校卒業生であり、フルート奏者として活躍中の伊藤眞子さんをお迎えして、フルーツとピアノによるコンサートを行います。

聴きごたえのある名曲、懐かしい曲など、幅広いジャンルのプログラムになっています。

フルートとピアノが奏でる美しいハーモニーを児童と一緒に聴きになります。

\*当日、受付に募金箱を設置しますので、ご協力いただければ幸いです。募金収入は創立150周年記念事業費として大切にさせていただきます。

### 日時

10月7日(月) 10:15～11:00

### 場所

五所川原小学校体育館

\*体育館側の玄関からお入りください。

\*内履きを持参してください。

### 問い合わせ先

五所川原小学校創立150周年記念事業実行委員会 Tel.35-2767

