

令和6年度

越谷市 『居場所』のご案内

毎月開催



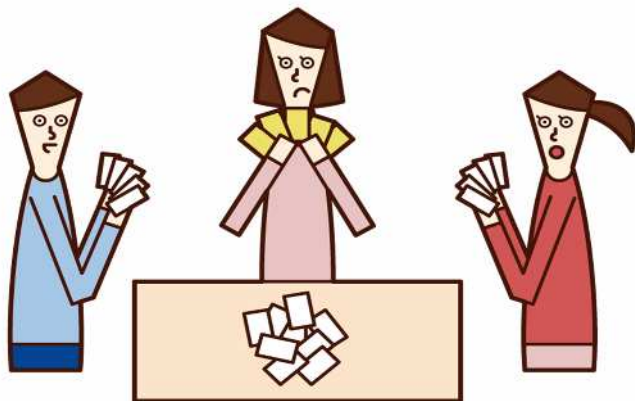
人と接するのが苦手、「もしかしたらひきこもりかも？」という方々のための「居場所」を用意しました。

令和6年度は、毎月第2水曜日に開室いたします。

時間内であれば

いつ来ても大丈夫です。

いつ帰っても大丈夫です。



本を読んだり

ゲームをしたり

お話したりして

一緒に過ごしてみませんか？

家や部屋から出ることによる不安がある

人と接するのが苦手だ 人と関わる練習がしたい 将来のことが心配…

そんな方々が集まれる場を作りました。

今のままのあなたでホッと過ごせる場所を目指したいと考えております。

ぜひ「遊びにいく・お話にいく感覚」でお越しください。予約は必要ありません。

【日時】 毎月第2水曜日 14:00~16:00

令和6年(2024年)4月10日(水)以降、5/8、6/12、7/10、

8/14、9/11、10/9、11/13、12/11

令和7年(2025年)1/8、2/12、3/12

【場所】 越谷市保健所 2階 会議室 A (東越谷 10-31)

※ 詳しくは市ホームページもしくは、下記までお問い合わせください。

<お問い合わせ先> 越谷市保健所こころの健康支援室 ☎ 048-963-9214

(参考)

こころの健康状態をチェック「こころの体温計」



ストレスは気付かないうちに溜まり、時には心身の健康を害してしまうことがあります。

こころの不調も体の不調と同じように早めに対処することが大切です。

下記の二次元コードからアクセスできる「こころの体温計」をご利用ください。

ストレスを感じる前に早めのセルフメンタルヘルスチェックをお勧めします。

