子育てのこと、
ひとりで悩んでいませんか？

°★°’’･:＊..。..:＊:･’☆･:＊..。..:＊。★:･’’°;＊;･’’°★°’’＊;...。

子育てサポートカウンセリング

°★°’’･:＊..。..:＊:･’☆･:＊..。..:＊。★:･’’°;＊;･’’°★°’’＊;...。

「こどもは親のいうとおりには育たない」と思っていても言うことを聞かないとイライラしていくし、「私の育て方が悪いのかしら」と悲しい気持ちになったりしますね。

こんな時、上手く気持ちを切り替えができるうちはいいのですが、こどもに当たってしまったり、また自分が落ち込んで眠れなくなるなど体調が悪くなっていませんか？
このようなことが続くようでしたら、お一人で悩まず、是非誰かに相談しましょう。

保健所では臨床心理士や医師による相談の場を予約制で設けています。
お気軽に御利用ください。

日時：原則毎月第1、3水曜日の午前中　　おひとり約1時間の予約制です
場所：丹後保健所　遠い方は相談にのります

＼＼ お問い合わせ先 ／／
京都府丹後保健所
保健室　健康支援担当　保健師
☎　0772－62－4312