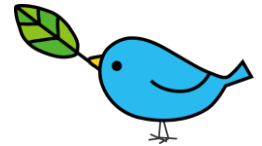


# 妊産婦さんの

# こころの相談会



妊娠中から産後にかけては、ホルモンバランスをはじめ、生活リズムや生活環境など多くのことが変化する時期です。それに伴って、こころの不調を感じる場合があります。

「よく眠れない」「わけもなく涙が出る」「気分が沈む」「何もやる気がしない」「強い不安を感じる」「子どものことでイライラして辛い」などの悩みがあればひとりで抱えずに、相談してみませんか。（完全予約制で、料金は無料です。）

☆ 対 象 ： 妊婦及び乳幼児をもつ保護者

☆ 日時・場所・内容：臨床心理士（渡邊美由紀氏）による妊娠や子育てに関する悩みや不安等に対する相談（1人あたり1時間以内）

日 程	令和4年 4月4日（月）	10月3日（月）
	5月9日（月）	11月7日（月）
	6月6日（月）	12月5日（月）
	7月4日（月）	令和5年 1月6日（金）
	8月1日（月）	2月6日（月）
	9月5日（月）	3月6日（月）
時 間	13：45～ 15：00～	各1名
場 所	宇佐市役所 11会議室	

## ★渡邊 美由紀先生プロフィール（臨床心理士・公認心理師）

これまで、総合病院（精神科・小児科）、教育センター、スクールカウンセラー、保健所、児童発達支援施設等で心理士として勤務。

近年は就学前の子育て支援や発達支援等を中心に活動されています。

☆ 問合せ・申し込み先 宇佐市子育て世代包括支援センター  
（宇佐市役所 子育て支援課 母子保健係内）  
電話：0978-27-8145

