

Relaxation&talking

久留米市

# こころの相談カフェ

こころの相談カフェは、  
誰でも気軽に立ち寄れる癒しの空間。  
リラックスした雰囲気の中で、  
あなたの気持ちを話してみませんか

こんな方におすすめです。



「職場の人間関係にもう疲れてしまって…」  
「なぜかわからないけど、モヤモヤして気持ちが晴れない…」  
「気持ちをうまく伝えられず、相手に合わせすぎて疲れてしまう…」

## 安心して相談できる理由

### その1 専門家が対応

臨床心理士などの資格を持ったカウンセラーがお話を聴くので安心。  
本人だけでなく、家族や支援者からのご相談にも応じます。

### その2 気軽さ

暮らしに身近な場所に相談場所を開設しました。アロマの香りやヒーリング音楽などでリラックスしながらお話いただけます。

### その3 秘密厳守

プライバシーには十分配慮し、相談者の秘密は固く守ります。



緊張をほぐすアロマの香り

写真はイメージです



心を和ませる音楽

## まずはお気軽にご連絡を

「愚痴を聞いてもらいたい」「家庭や職場での人間関係がうまくいかない」といった不安から、引きこもりや依存症、自殺未遂などの悩みまで幅広く対応します。予約は電話またはFAXで受け付けています。

## 開所場所・日時

※災害や新型コロナウイルス感染拡大など不測の事態により、対面以外の方法で実施する場合、会場が変更となる場合があります。

久留米市市民活動サポートセンターみんくる 久留米市六ツ門町 3-11 くるめりあ六ツ門 6階

●火曜日：14:00～17:00 ●水曜日：17:30～20:30 ●日曜日：13:00～16:00



令和4年									令和5年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
5日	3日(祝)	5日	5日	2日	6日	4日	1日	6日	10日	7日	7日
12日	10日	7日	12日	9日	13日	11日	8日	13日	18日	14日	14日
19日	18日	14日	17日	16日	18日	16日	16日	18日	24日	21日	19日
26日	24日	21日	20日	23日	21日	18日	20日	20日	31日	28日	22日
	31日	28日	26日	30日	27日	25日	22日	27日			28日
							29日				

久留米市立中央図書館 3階会議室 久留米市野中町 970-1 石橋文化センター内

●日曜日：13:00～16:00

令和4年						令和5年	
4月	5月	6月	8月	10月	12月	1月	2月
3日	15日	19日	7日	2日	4日	15日	5日
17日			21日				19日



こころの相談カフェ予約専用窓口 電話：0120-905-399 FAX：0942-55-4664

受付日時：平日（月曜日～金曜日） 8:30～17:15 ※土曜、日曜、祝日、年末年始除く