

# お聴かせください つらい気持ち

こんなことで悩んでいませんか？

なかなか  
寝付けない

不安な気持ち  
になる

誰にも言えない  
悩みがある

消えていなく  
なりたい

こころやからだ  
の病気で苦しい

ひとりで悩まず、ご相談ください。

こころの相談窓口

017-718-3434

(月～金曜日 8:30～18:00 祝日、年末年始除く)

※ ご相談いただいた内容は、ご相談者の了解なしに第三者へ提供することはありません。



青森市保健所 保健予防課