



令和8年度 『ママのためのこころの相談室』のご案内

子育てについてストレスや不安を感じたり、家族関係で悩みを抱えていませんか？
ゆっくりお話をしながら、解決策を見つけてみましょう。

	板橋 健康福祉センター	上板橋 健康福祉センター	赤塚 健康福祉センター	志村 健康福祉センター	高島平 健康福祉センター
R 8 年 4 月	20 日（月）			21 日（火）	27 日（月）
5 月	18 日（月）※	12 日（火）	18 日（月）	26 日（火）	
6 月	22 日（月）	16 日（火）	15 日（月）	23 日（火）	8 日（月）
7 月	13 日（月）	28 日（火）	13 日（月）	21 日（火）	27 日（月）
8 月	24 日（月）※			25 日（火）	
9 月	7 日（月）	15 日（火）	14 日（月）	29 日（火）	8 日（火）
10 月	19 日（月）	20 日（火）		27 日（火）	26 日（月）
11 月	16 日（月）※	17 日（火）	16 日（月）	24 日（火）	
12 月	21 日（月）	15 日（火）	14 日（月）	22 日（火）	1 日（火）
R 9 年 1 月	25 日（月）	12 日（火）		26 日（火）	25 日（月）
2 月	15 日（月）※	9 日（火）	8 日（月）	16 日（火）	
3 月	15 日（月）	9 日（火）	15 日（月）	23 日（火）	8 日（月）
相談開始時間	10:00～ 11:00～ 13:00～	13:30～ 14:30～ 15:30～	9:30～ 10:30～ 11:30～	13:30～ 14:30～ 15:30～	9:00～ 10:00～ 11:00～

▶50 分間の個別相談となり、公認心理師が相談に応じます。

※男性の公認心理師が担当します。

▶保育がありますので、相談の際はお子様をお預りします。

▶予約制となっておりますので、相談を希望される方は、事前に

お住まいを担当する健康福祉センターの保健師にご連絡ください。

板橋健康福祉センター	03-3579-2333	赤塚健康福祉センター	03-3979-0511
上板橋健康福祉センター	03-3937-1041	志村健康福祉センター	03-3969-3836
		高島平健康福祉センター	03-3938-8621

