

平成30年7月の西日本豪雨災害からこころの変化に悩まれている方、またストレスや違和感を持たれている方、ひとりで悩まず、まずは吐き出しの場としてご利用ください。

たそがれ広場 「介輸の会」

～日々の**思い**と**悩み**を語る場所～

対象者 7月西日本豪雨災害で被災された
医療・介護・福祉に携わる方

日時 毎月第3木曜日
16時00分～19時00分

会場 ぶどうの家ランチ
岡山県倉敷市真備町辻田197

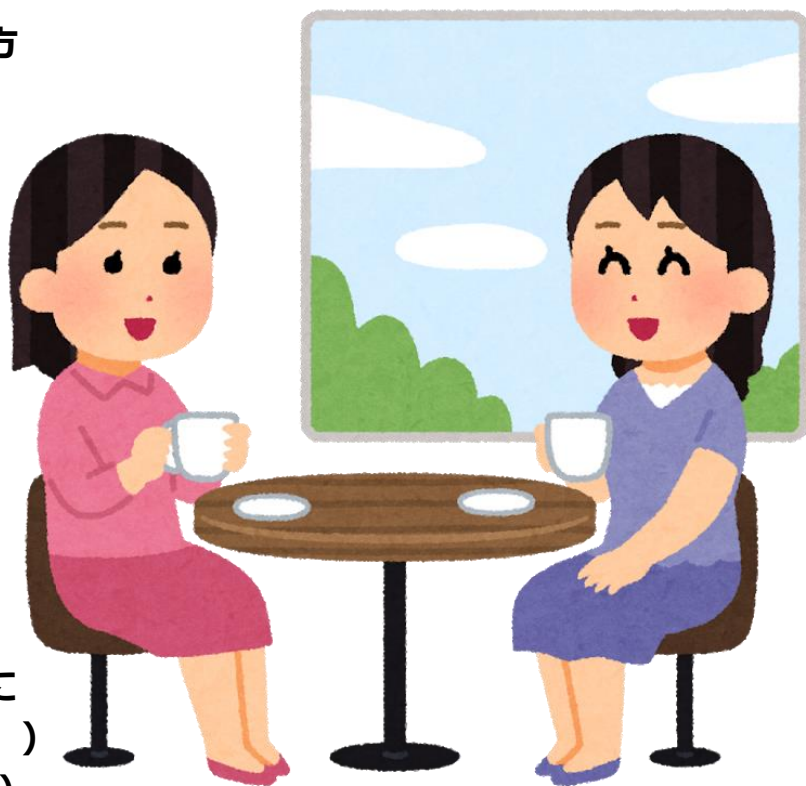
相談時間 40分程度

相談料 無料

対応方法 精神保健福祉士などの
専門職がお話をお聞きします。

申込方法 当日参加可
(可能であれば、TELにて事前
にお申し込みください。)

連絡先 090-8714-7704 (担当 篠原)
※ 匿名可 (プライバシー保護を配慮します。)



【例 起こりやすい変化】

- 身体：眠れない、疲れが取れない、食欲がない、食欲があり過ぎる、頭痛、胸がドキドキする、急に汗が出る、胃痛
- 感情：何も感じない、何もする気にならない、罪悪感、無力感、イライラ、涙が出る
- 思考：混乱、興奮、物事に集中できない、自分を責める

(岡山県精神保健福祉センター「災害時のこころのケア」抜粋)

開催予定日

8/22・9/19・10/17・11/21・12/19・1/16・2/20・3/19

共催 まび♥こころのさぽーと実行委員会 倉敷市介護保険事業者等連絡協議会
後援 岡山県精神保健福祉士協会 倉敷市連合医師会