

こころの相談のご案内

自分には価値がない。
死にたい。

息子が仕事を辞めた後、
部屋に引きこもっている。

職場の人間関係が上手く
いかず、悩んでいる。

食欲がなく、眠れな
い

不安が強い。

娘が「近所の人に笑われてい
る、狙われている」と言っ
て様子がおかしい。



精神科医による 無料相談

日時

毎月第1火曜日、1回40分

13:00~ 13:40~ 14:20~

定員

1日3組まで（事前予約制、先着順）

場所

土浦市役所内 相談室

その他

1週間前までにお申し込みください。

相談日	月	日	備考
令和7年	4月	1日(火)	
	5月	13日(火)	第2火曜日
	6月	3日(火)	
	7月	1日(火)	
	8月	5日(火)	
	9月	2日(火)	
	10月	7日(火)	
	11月	4日(火)	
令和8年	12月	2日(火)	
	1月	6日(火)	
	2月	3日(火)	
	3月	3日(火)	

土浦市ホームページはこちら



申し込み・問い合わせ先

土浦市障害福祉課 ☎029-826-1111 内線2365

