

2026年4月～2026年9月ご案内

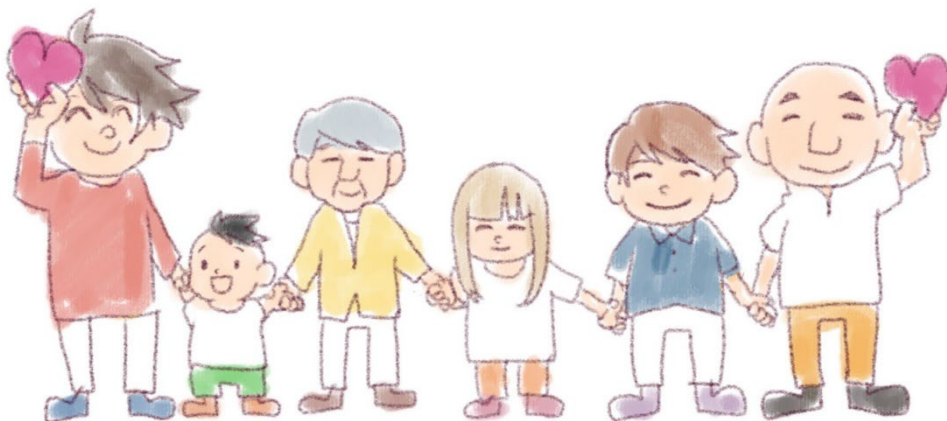
# 令和8年度 宇部市メンタルヘルス相談

悩みやストレスのご相談はありませんか？  
医師やカウンセラーがあなたの心配をお聞きします。

4/30 (木)	①13:00～13:50	②14:00～14:50
5/22 (金)	①09:00～09:50	②10:00～10:50
6/23 (火)	①15:00～15:50	②16:00～16:50
7/27 (月)	①10:00～10:50	②11:00～11:50
8/26 (水)	①14:00～14:50	②15:00～15:50
9/10 (木)	①09:00～09:50	②10:00～10:50
9/29 (火)	①15:00～15:50	②16:00～16:50

毎年9月10日～16日は自殺予防週間です。

調整がつく限り、他の日時にも対応いたしますので、  
まずはお気軽にご連絡ください。



相談場所：宇部市保健センター 宇部市琴芝町二丁目1番10号

予約受付：0836-31-1777 (宇部市保健センター)

個室での相談で、個人情報厳守しますので、安心してご相談ください。

© 2026年10月以降も毎月開催いたします。

新しいチラシや宇部市ウェブサイト等で周知を行いますので、ご覧ください。

本事業は、宇部市から令和8年度の自殺対策業務の委託を受けたNPO法人山口ヘルスプロモーションネットワークが実施しています。