

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
相談事業	電話相談 てるてるハート	月～金曜日 13:00～16:00 ※9/13～9/17は自殺予防週間のため、9:00～12:00開設します。											
	精神保健福祉に関する 来所相談 ・うつ病 ・アルコール依存 ・ギャンブル依存 等	月・水・金曜日 9:00～、10:30～											
	りんどう相談 (自死遺族のための メンタルケア相談)	月・水・金曜日 9:00～、10:30～											
診療	認知行動 カウンセリング外来	月曜日 9:00～16:00 (最終受付15:30)											
プログラム	うつ病 集団回復プログラム 「しずここ」	第1クール 全30回			第2クール ※コロナウイルス感染症 感染拡大防止のため中止			第3クール ※コロナウイルス感染症 感染拡大防止のため中止					
	ギャンブル依存 集団回復プログラム 「リカバリーチャンネル」	約半年間で7回(概ね月1回の参加)。基本第1火曜日・第3木曜日 14:00～16:00											
家族教室	家族のための 依存症教室				第1クール 全3回 8～10月第1木曜日			第2クール 全3回 12～2月第1木曜日					
	摂食障害家族教室				10月～12月 全3回 14:30～16:30								
講座・講演会等	☆市民向け☆ こころのバリアフリー プロモーター 育成講座	※コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止											
	☆生きる!を支える 動画配信	10月～動画配信(予定)											
研修・専門家向け等	依存症問題研修会	6/18(金) 13:30開会											
	アルコール問題等 スキルアップ セミナー	7月～翌年2月 毎月第3金曜日 13:30～16:45											
	援助スキル 勉強会												
	依存症 なんでもかん でも相談会												
☆認知療法研修会	※コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止												
☆かかりつけ医 こころの健康対応力 向上研修会	1/15(土) 15:00～17:30												