

大仙市こころの健康相談・カウンセリング

# ほっとスペース

市民のみなさんの困りごとの整理や解決をサポートします。  
今の気持ちや状況など話せるところから、ゆっくりと。  
自分のこと、家族のこと、どんなことでも大丈夫です。  
ひとりで悩まずに、まずはお電話ください。

お申込み

## ほっとスペース専用ダイヤル

**TEL.0187-62-9304**

**受付時間 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分**

**(祝日・年末年始を除く)**

**所在地 〒014-0027 大仙市大曲通町 1-14  
大仙市健康増進センター(大仙市健康福祉会館内)**

- 完全予約制です
- 相談費用は無料です
- カウンセリングは臨床心理士が担当します
- プライバシー保護に努めます

ひとりで  
悩まずに  
一緒に考えて  
いきましょう。



# ほっとスペース 相談のながれ → まずは、お電話でご予約ください。 TEL.0187-62-9304

**初回面接**  
(インテーク面接)  
1回 90分間



・初回面接（インテーク面接）は、相談者の背景情報を把握し、適切な対応を考えるのに必要な、情報収集のための面接です。

・相談者が未成年の場合は、保護者の方からもお話を伺います。

・精神科、心療内科等に通院している方は、カウンセリングを受けることについて、主治医の許可が必要となります。

**1回で終結**

・初回面接で、解決の糸口が見つかった場合には、1回で終了となります。

**継続面接**  
1回 50分間



・面接の目標（解決ゴール）や間隔や回数を設定します。

・必要に応じて、関係機関と連携しながら進めていきます。

**他機関の紹介**



・相談内容に応じて、より適切な相談先をご紹介します場合があります。

## ほっとスペース 案内図



- お車でお越しの方
  - ・お車でお越しの方は、①から駐車場へお入りください
  - ・駐車後は、②から出てください。
  - ・建物へは、③からお入りください
- 自転車でお越しの方
  - ・④に駐輪場があります。

