

# 暮らしとこころの総合相談会

弁護士・司法書士・社会福祉士等による

**多重債務・生活・失業相談**

精神保健福祉士・臨床心理士・保健師による

**こころの健康相談**

**このような悩みごとや不安をお持ちの方はお気軽にご相談を！！**

一時的な生活資金の不足からサラ金を利用したが、気がつけばたくさんの借金…。取り立ての電話が職場にも入り、仕事も手がかからない。夜も眠れない…。



最近、眠れず、気分が沈み、やる気がでない。また体調がすぐれない……。



例えば、  
こんな相談は…



埼玉県のマスコット「コバトン」

リストラで退職。仕事を探しているが適当な仕事が見つからず、生活が出来ない状況で不安を感じている…。



職場のパワハラと同僚のいじめで退職。今でもその時の情景が思い浮かび無気力状態が続いている。人生の再スタートをきりたい。



上記のような事例に限定されるものではなく、様々な悩みやこまりごとについて、お話を伺い、ご一緒に解決（改善）に向けた歩み始めるきっかけとなるものです。ご相談を継続する場合は、専門の相談窓口をご紹介します。専門家と一緒に解決に向けた歩みを始めましょう。

**開催日は4月20日（木）より** 4月27日、5月11日、25日、6月8日、22日、7月6日、7月20日、8月10日、24日、9月7日、21日、10月12日、26日、11月9日、30日、12月7日、21日、1月11日、25日、2月8日、22日、3月1日、15日

**15：00～19：00（当日受付は14：30～）**  
**JACK大宮5階 集会室**

**開設日時場所**

事前予約は… **TEL 048-782-4675**（「暮らしとこころの総合相談会」事務局）

## 暮らしとこころの総合相談会

運営主体：夜明けの会（埼玉省委託事業）

共 催：実施協力：さいたま市／埼玉弁護士会／埼玉司法書士会／

埼玉県立精神保健福祉センター／（福）埼玉いのちの電話／

JACK 大宮（大宮情報文化センター）  
埼玉県さいたま市大宮区錦町6 8 2-2

