



令和8年度

ひだまりサロン



ひだまりサロンはこころの病気がある方、心が疲れているなど感じている方が、気軽に訪れ、ゆったりとした時間を過ごしていただく場です。仲間やメンタルヘルスサポーターと、おしゃべりをしたり、気分転換をしたり、悩み事を相談したり・・・そんな時間を過ごしませんか。

【日時・場所】

中央保健福祉センター（星井町二丁目7-30）偶数月 火曜日 10：00～11：30

北保健福祉センター（岩瀬文化町23-2）奇数月 火曜日 10：00～11：30

富山市保健所（蛭川459-1）毎月 金曜日 13：30～15：00

会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中央	7	-	2	-	4	-	6	-	1	-	2	-
北	-	12	-	7	-	1	-	10	-	5	-	2
保健所	17	22	19	17	21	18	16	20	18	15	19	19

【対象】心の病気がある方、ストレスを感じている方など

（富山市に在住か通勤している方）

【内容】参加者同士の交流

【参加費】無料

【お問合せ先】

富山市保健所 保健予防課

TEL 076-428-1152

