

# 山口市こころの健康情報サイトのお知らせ

## こころの体温計

ストレス度・落ち込み度を簡単にチェックできます。  
本人モード／家族モード／赤ちゃんママモードなどがあります。

「山口市 こころの体温計」で検索



## こころほっとやまぐち

▲携帯・スマホはこちら

医療機関や相談窓口、ストレス対処法がわかります。  
「こころほっとやまぐち」で検索

【問い合わせ】

市保健センター健康増進課 (TEL083-921-2666)