

## 【ライフサポートセンター宮崎】

相談総累計は、11366件となります。

新型コロナウイルス感染症対応のため、専門相談は電話対応となります。

(相談時間は、10時～16時)よろしくお願い致します。

ライフサポートセンター宮崎相談件数				
(期間/2020年7月1日～7月31日)				
相談の内訳	当月計	前月末累計	総累計	
相談件数	150	11216	11366	
内専門相談件数	8	2344	2352	
相談内容	金融	0	483	483
	法律	14	3103	3117
	子育て	1	58	59
	介護	0	105	105
	生涯保障	0	34	34
	年金・福祉	9	716	725
	奨学金	0	13	13
	家計	2	89	91
	労働	14	523	537
	就労前段支援	2	165	167
	職場・学校・家庭での悩み	3	598	601
	心の健康	105	4786	4891
	その他	0	543	543

(※総累計期間は、2010年11月12日～2020年7月31日)

## 八月 葉月

「夏は早起き～早起きしましょ」という昔のCM…

夏は、朝型人間になる絶好のチャンス！

日中は、暑いので、早起きして軽い運動

朝の空気は特別… しかも朝日を浴びることで

脳内にセロトニン(幸せホルモン)が作られます。

セロトニンは、精神を安定させ、体の機能も整えます。

～快適ライフをエンジョイしましょう！～

