精神保健福祉相談のご案内

保健所では、こころの健康や問題について、ご本人やご家族等からの相談をお受けしています。

また、下記の日程で精神科医による精神保健福祉相談を実施しています。お気軽にお問い合わせください。

こんな症状が気になったら･･･

　○気持ちが落ち込み何もする気がしない

　○よく眠れない、身体がだるい、食欲が出ない

　○理由もなくイライラする

　○周囲との交流がなくなった

　○仕事に行けなくなった

　○他人の目を気にして外出できなくなった

　○アルコール、ギャンブルなどの嗜癖問題

　○認知症など高齢者のこころの問題　　　　　など

　　　　　　　　　　　　　　　　　ひとりで抱え込まず、ご相談ください。

心がもやもやしたり、ざわついたら、

ひとりで悩まず伝えてほしい。

９月１０日世界自殺予防デー　9/10～9/16自殺予防週間

※定例相談以外でも、北部保健所にて保健師が相談をお受けします

※事前予約制です