こころの健康相談

一人で悩みを抱えていませんか？　専門家に相談してみませんか？

- 夜眠れない
- 食欲がない
- やる気がでない/体がだるい
- イライラや不安感が強い
- 死にたい/消えたい気持ちになる

- 人との付き合いがうまくいかない
- 集中力がなく、仕事や生活に支障がある

- 家族が家にひきこもっている

- 学校に行きたくても行けない
- 思春期に関する悩み

- 極端に食べ過ぎたり、食べなかったりする

- 交通事故や病気で脳を損傷した後、記憶力の低下等、日常生活に支障がある

- 飲酒やギャンブルをやめたくてもやめられない

病院を受診してみたいけど少し抵抗がある、受診するほどのものか分からず悩んでいる、まずは医師に相談してみたい、etc…　お気軽にご相談ください。

※注意：この場で診断を付けることはできません。

◆開催日時

＜保健所嘱託医による相談（年６回実施）＞

R8年	5月27日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）
R8年	7月29日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）
R8年	9月30日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）
R8年	11月25日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）
R9年	1月27日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）
R9年	3月31日	（水）	15:00～17:00	（受付16：30まで）

●場　所　　対馬保健所（必要に応じて自宅等へ伺うことも可能です。※要相談）
●方　法　　原則、電話で予約のうえ、来所して下さい。
●相談員　　精神科医師（保健所嘱託医）

＜保健所職員による相談（随時対応）＞

●日　時　　電話：平日　９：００～１７：４５　（＊祝日・年末年始を除く）
　　来所：平日　９：００～１７：００　（＊祝日・年末年始を除く）
●場　所　　対馬保健所
●方　法　　電話・来所（必要時、訪問します）
●相談員　　保健所職員（保健師・作業療法士・社会福祉職　等）

料金は無料です。相談に関する秘密は守られます。

【お問い合わせ】　対馬保健所　企画保健課　電話：０９２０-５２-０１６６