

# 精神保健福祉専門相談のお知らせ

## ♣ 一人で悩んでいませんか？

こころが疲れると、「夜眠れない」「不安で仕方がない」「他の人の言っていることや態度がとても気になる」などの症状が出てきます。このような時は、一人で悩まず早めの相談が解決の一步となります。

## ♣ こころの健康、児童・思春期の問題行動、ひきこもり、依存症など、精神保健に関する相談に精神科嘱託医が応じます。秘密は厳守します。相談料は無料です。ご家族・関係者のみの相談でも構いません。

なお、精神科嘱託医への相談は、事前に保健所へご相談いただいたからの予約となります。開催日の10日前までに保健所へご相談ください。

(日時)

月 日	時 間	場 所
令和6年 5月29日 (水)	13:30~16:00	上五島保健所
令和6年 7月24日 (水)	13:30~16:00	上五島保健所
令和6年10月 9日 (水)	13:30~16:00	上五島保健所
令和6年11月20日 (水) 予備日: 12月 4日 (水)	13:30~16:00	小値賀町健康管理センター
令和7年 2月 5日 (水)	13:30~16:00	上五島保健所

(対象)

新上五島町、小値賀町にお住まいで、原則として主治医のいない方に限ります。  
※予約状況によりオンライン相談となる場合がございます。  
※小値賀町にお住まいの方は日時・場所の調整を行いますのでご相談ください。

★保健所職員（保健師・社会福祉職）による電話での相談も随時（平日 9:00～17:30）受け付けております。お気軽にご連絡ください。

問い合わせ先  
上五島保健所 企画保健課  
電話：0959-42-1121