

こころの健康相談

こんな事で困っていませんか？

- ☐ 人と上手く付き合うことが出来ない。
- ☐ やる気が起こらない。不眠が続く。
- ☐ 家族が引きこもっている。
- ☐ パチンコなどギャンブルがやめられない。
- ☐ お酒を飲んで、仕事や家庭に支障をきたす。
- ☐ 自殺未遂、自殺遺族に関する事。
- ☐ 脳損傷後に高次脳機能障害の症状がみられる。

室蘭保健所ではこのような こころの悩み について
ご本人やご家族、周囲の方々の相談に応じています

- 精神科医師と保健師が相談に応じます。（まずは保健師がお話をお聴きして、精神科医師の相談に該当するか確認いたします。）
- 費用は無料です。
- **完全予約制です。希望される方は下記連絡先までご相談ください。**

場所	開催日時
室蘭会場 (室蘭保健所)	偶数月：4/8, 6/10, 8/12, 10/14, 12/9, R8. 2/10 時間：13:00～
伊達会場 (伊達市保健センター)	奇数月：5/14, 7/9, 9/10, 11/12, R8. 1/14, 3/11 時間：15:00～

- 保健師による相談（来所・電話）は、随時、実施しています。

月曜日～金曜日（祝日を除く） 9：00～17：00

<申し込み・連絡先>

北海道室蘭保健所 健康推進課 健康支援係

電話 0143-24-9846

