

# 令和6年度 置賜保健所精神保健福祉相談

～1人で悩んでいませんか?～



## 心の健康相談のご案内

保健所では精神科医師・保健師が面接相談を行っています（無料）  
ご本人からの相談、またはご家族からの相談も受け付けています（秘密厳守）

<こんな時にお気軽にご相談ください>

- たとえば
- ◆ 思い当たる原因がないのに、夜眠れない
  - ◆ 訳もなく気分が落ち込む
  - ◆ 家族の様子、言動がどうもおかしい
  - ◆ お酒がやめられない、お酒でのトラブルが多い
  - ◆ 昼と夜の生活リズムが逆転したり、不登校やひきこもりで困っている
- など



### ご相談（要予約）

<保健師による相談>

随時行っております。（平日午前8時30分～午後5時15分）

<精神科医師による相談>

事前予約制です。詳しい日程は、下記担当までお問い合わせください。

#### 米沢会場

##### 場所

置賜総合支庁本庁舎  
（米沢市金池7丁目1-50）

##### 日時

原則として  
毎月第3水曜日と偶数月第1木曜日  
午前9時30分～午前11時

#### 長井会場

##### 場所

置賜総合支庁西置賜地域振興局  
（長井市高野町2丁目3-1）

##### 日時

原則として  
奇数月第1木曜日  
午前10時～午前11時30分



【お申込み・お問い合わせ】

置賜保健所 地域保健福祉課  
精神保健福祉担当

電話 0238 (22) 3015