

心の健康相談のお知らせ

ご自身やご家族が、こんなことでお困りではありませんか？

- ◎眠れない、やる気がおきない
- ◎気分が沈む
- ◎ひきこもっている、家族以外の人と関わりがない
- ◎家庭内暴力がある
- ◎お酒のことでトラブルがある
- ◎物忘れがひどい
- ◎性格や行動が変わった
- ◎徘徊がある
- ◎精神科医療機関を教えてください
- ◎退院後の社会活動、就労・・・など

当センターでは相談日を設け、事前に保健師がお話しをお伺いしたのち、時間をゆっくりお取りして精神科医師がご相談をお受けします。
お気軽にご相談ください。

※予約制(下記表の締切日まで) 相談料：無料

【内 容】うつ等精神保健、ひきこもり、アルコール関連問題、認知症に関すること等

【担当者】精神科医師、保健師等

【相談日時及び場所】

年 月 日	曜日	時間	場所	予約締切日
令和4年4月15日	金	13時30分～15時	宇部健康福祉センター	令和4年4月12日
5月20日	金	〃	〃	5月17日
6月14日	火	〃	美祢市保健センター	6月9日
7月15日	金	〃	宇部健康福祉センター	7月12日
8月19日	金	〃	〃	8月16日
9月13日	火	〃	美祢市保健センター	9月8日
10月14日	金	〃	宇部健康福祉センター	10月7日
11月18日	金	〃	〃	11月11日
12月13日	火	〃	美祢市保健センター	12月8日
令和5年1月13日	金	〃	宇部健康福祉センター	令和5年1月6日
2月17日	金	〃	〃	2月10日
3月14日	火	〃	美祢市保健センター	3月9日

【問い合わせ】 山口県宇部健康福祉センター健康増進課精神・難病班

TEL：0836-31-3203 (音声ガイダンス後「2」を押してください)

