

ひきこもり・こころの健康相談会 のご案内



**高千穂保健所では
精神科医師・保健師による
相談会を開催しています。**

**一人で悩まないで
まずは相談してみませんか**

日 時

	開催日	時間	申込期限
第1回	令和7年6月4日(水)	午後2時 から 午後4時 まで	5月30日(金)
第2回	令和7年9月3日(水)		8月29日(金)
第3回	令和7年12月3日(水)		11月28日(金)
第4回	令和8年3月4日(水)		2月27日(金)

場 所 高千穂保健所

内 容 精神科医師・保健師による相談

対象者

- ◇ひきこもり状態にある方や家族
- ◇不眠が続く方
- ◇人間関係が上手くいかず悩んでいる方
- ◇人に会いたくない、人の視線が気になる、気分がゆううつな方
- ◇こころの病気のことを知りたい方
- ◇飲酒問題で困っている方や家族
- ◇認知症に関する心配や悩みのある方など、精神保健福祉に関する問題を持つ方及びその家族で相談を希望する方・関係者

連絡先

高千穂保健所 健康づくり課
電話 72 - 2168

電話による
事前予約
が必要です

