

# 令和5年度

# こころの健康相談

お気軽に  
ご相談ください

無料

どなたでも

予約制

秘密厳守



場所

浜田保健所

※相談者の居住地などを考慮し、適宜江津市役所、各支所等の会場での相談も実施しますのでお気軽にご相談ください。

日時

下表参照

※相談時間は13:30~15:30

(会場が浜田保健所以外の場合は14:00~16:00)

対応スタッフ

精神科医師、保健師

申し込み

浜田保健所(0855-29-5550)に相談日の1週間前(但し、祝日・年末年始を含む場合は5開庁日前)までにご連絡ください。

月	日	曜日
4	7	金
	13	木
	27	木
5	12	金
	25	木
6	7	水
	15	木
	30	金
7	14	金
	20	木

月	日	曜日
8	3	木
	17	木
	23	水
9	8	金
	21	木
	29	金
10	12	木
	26	木
11	10	金
	15	水
	30	木

月	日	曜日
12	15	金
	20	水
1	10	水
	26	金
2	1	木
	15	木
	28	水
3	7	木
	21	木

※原則先着順ですが、青字の日はアルコール相談、赤字の日は子ども(18歳未満)の相談を優先します

問い合わせ先

島根県浜田保健所 健康増進課

〒697-0041 島根県浜田市片庭町254

電話:(0855)29-5550(直通) FAX:(0855)22-7009



# こころの健康相談について

下記のような“こころ”の問題で悩んでおられる方（本人）、家族、支援者の相談を精神科医師、保健師がお受けします。

- 気分が落ち込む ● 眠れない ● もの忘れが気になる ● お酒がやめられない
- 仕事や学校に行きづらい ● 誰とも会いたくない ● 家族がひきこもっている
- 本人とどう接していいかわからない ● 妊娠、育児・子育てで思いつめている

## 急を要する精神科医療の相談について

- 自分の身体を害する行為や、他人への暴行等で危険を伴う場合

➡ 最寄りの警察署へ速やかにご連絡ください



- 急を要する身体症状がある場合

➡ 救急車を要請してください



- 精神科受診歴がある方、相談支援事業所を利用されている方の場合

➡ 主治医、担当者へご相談ください



- 対象者がすでに受診を希望されている場合

➡ 精神科標榜の医療機関へ直接ご相談ください



- 上記以外の場合

精神科救急に関する相談、病院との連絡調整など



● 精神科救急情報センター

浜田保健所（平日8時30分～17時15分）

0855-29-5550

県立こころの医療センター（休日および夜間）

0853-30-2100

緊急受診またはその相談など



● 浜田圏域 精神科救急医療施設

西川病院 0855-22-2390



### JR浜田駅から

- 周布行き（合庁経由）で約10分（石見交通バス1番乗車場）
- タクシー乗車で約5分

### 広島方面から

- 車で浜田自動車道浜田ICから約10分（国道9号線を西へ）