

# 令和3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

秘密  
厳守

予約制

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	9	金
	22	木
5	20	木
	27	木
6	3	木
	16	水
	24	木
7	9	金
	30	金

月	日	曜日
8	5	木
	18	水
	26	木
9	9	木
	15	水
	24	金
10	8	金
	14	木
	28	木

月	日	曜日
11	12	金
	26	金
12	2	木
	15	水
	22	水
1	12	水
	28	金
2	4	金
	9	水
	24	木
3	3	木
	17	木

※原則先着順ですが、青字の日はアルコール相談、赤字の日は思春期(15歳まで)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）