

令和8年度 美作保健所 心の保健福祉相談

「眠れない」、「お酒の問題で困る」、「イライラする」、「認知症かもしれない」、「不登校」、「ひきこもり」等心の健康に関する本人や家族の相談を受け付けています。精神科治療が必要か、専門医がご相談に応じます。
 ※既に精神科治療を行っており、主治医のいる方は主治医にご相談ください。

| 相談名 | 精神保健福祉相談 (所内相談) | 精神保健福祉相談 (所外相談) | 思春期保健相談 |
|-----------------|--|-----------------------|--|
| 実施日 | 奇数月第4月曜 偶数月第4火曜 (4月は第3火曜) (6月は第5火曜) (11月、3月は第3月) (2月は第4月曜) 14:00~16:00 | 毎月第2火曜 14:00~16:00 | 毎月第2木曜 (8月、2月は第3木) 13:30~15:30 |
| ※いずれも1週間前までに要予約 | | | |
| 場 所 | 美作保健所 診療棟もしくは 美作県民局第一庁舎 | 地域巡回 | 美作保健所 診療棟もしくは 美作県民局第一庁舎 |
| 相談員 | 月曜：尾形 みちる 火曜：高山 恵子 (精神科医師) | 近藤啓子 (精神科医師) | 和田百合子 (公認心理士) |
| 内 容 | 疲れやすく眠れない イライラする 心の病気かもしれない 認知症かもしれない | 等 | 思春期のこころの相談、 不登校、ひきこもり等 ※小学校低学年~20代後 半程度まで |
| 令和8年 4月 | 21日(火) | 14日 津山市 | 9日 |
| 5月 | 25日(月) | 12日 美咲町 | 14日 |
| 6月 | 30日(火) | 9日 津山市 | 11日 |
| 7月 | 27日(月) | 14日 鏡野町 | 9日 |
| 8月 | 25日(火) | / | 20日 |
| 9月 | 28日(月) | 8日 久米南町 | 10日 |
| 10月 | 27日(火) | 13日 津山市 | 8日 |
| 11月 | 16日(月) | 10日 鏡野町 | 12日 |
| 12月 | 22日(火) | 8日 津山市 | 10日 |
| 令和9年 1月 | 25日(月) | 12日 美咲町 | 14日 |
| 2月 | 22日(月) | 9日 津山市 | 18日 |
| 3月 | 15日(月) | 9日 久米南町 | 11日 |

- 相談日、担当、会場は都合により変更することがあります。
- 精神保健福祉相談においては、相談利用は1回のみとさせていただきます。
- 予約制、無料
- 問い合わせ 岡山県美作保健所保健課 電話：0868-23-0145

美作保健所 心の保健福祉相談

精神保健福祉相談



精神科の医師が相談を受けています。
こんな時にはご相談下さい。



- 眠れない
- 気分が落ち込む
- 食欲がない
- イライラする
- お酒の問題で困る
- 物忘れが激しい
- 等

○詳細は裏面のとおり（所内） 14:00～16:00

○毎月第2火曜日（所外） 14:00～16:00



お酒の悩みについては、津山断酒新生会が実施する
「お酒の悩み相談」もあります。
日時等は調整が必要ですので、お問い合わせください。

思春期保健相談



臨床心理士が思春期の心の問題に関することや
不登校、ひきこもりなどの相談を受けています。
こんな時にはご相談ください。



- 学校に行きたくない
- 外出できない
- 人の視線が気になる
- イライラして勉強に集中できない
- 等

○毎月第2木曜日 13:30～15:30

（詳細は裏面に記載のとおり）

