

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 (公認心理師)
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



公認心理師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）

