

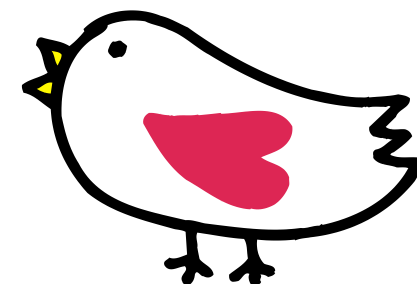
☆相談機関一覧

	事業名	対 象	住所・連絡先
北海道	いのちの電話	どなたでも	旭川：*24時間対応 Tel 0166-23-4343
			札幌：*24時間対応 Tel 011-23-4343
	こころの電話相談	北海道にお住まいの方	北海道立精神保健福祉センター Tel 0570-064556
網走保健所管内	こころの健康相談	網走保健所管内にお住まいの方	網走保健所： 網走市北7条西4丁目 Tel 0152-41-0697
	精神保健相談	管内の各市町にお住まいの方	網走市保健センター： 網走市北3条西4丁目 Tel 0152-43-8450
			斜里町総合保健福祉センター ぼると21 ：斜里町青葉町40-2 Tel 0152-22-2500
			清里町保健センター： 清里町羽衣町35番地 Tel 0152-25-3850
			小清水町役場： 小清水町字小清水217 Tel 0152-62-4480
			大空町役場： 大空町女満別西3条4丁目1-1 Tel 0152-74-2111

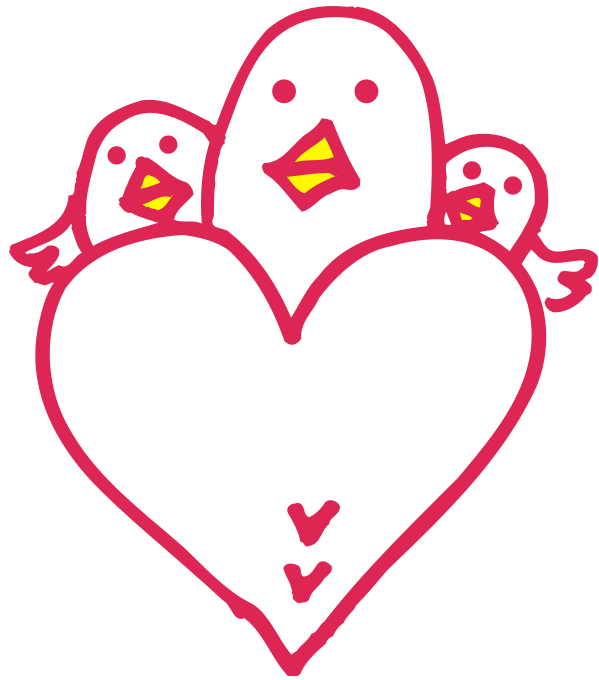
☆ 精神科・心療内科医療機関一覧（北見地域含む）

病院名	診療科名	住所・連絡先
北海道立向陽ヶ丘病院	精神科	網走市向陽ヶ丘1-5-1 Tel (0152) 43-4138
北見赤十字病院	神経精神科	北見市北6条東2丁目 Tel (0157) 24-3115
医療法人社団潤清会 端野病院	精神科 神経科	北見市端野町一区666 Tel (0157) 56-3151
医療法人社団拓美会 玉越病院	精神科 心療内科	北見市光西町195番地 Tel (0157) 24-3323
あしの医院	精神科 心療内科	北見市南仲町1丁目4-12 Tel (0157) 68-1380
小林病院	心療内科	北見市北3条西4丁目 Tel (0157) 23-5171
美幌療育病院	精神科	美幌町字美富9番地 Tel (0157) 73-3145
愛し野内科クリニック	心療内科	北見市端野町3区366番6 Tel (0157) 67-6565

心の発するSOSのサインに
耳を傾けてみましょう。
早めの相談、受診が元気を取り戻す
近道です。



身近なこころの相談・医療の窓口



こころ疲れていませんか
ひとりで悩んでいませんか

—網走保健所—

◆こころの健康相談

こころの健康に関わる様々な相談をうけています。

- 周囲に馴染めない。不眠が続く。
- アルコール、ギャンブル、薬物等が止められない
- 頭部外傷後、怒りっぽくなったり記憶力が低下した
- 生きるのが辛い、死にたくなる。(自殺関連)
- 事故や犯罪、配偶者の暴力、災害等で傷ついたこころのケア
- うつ・職場のストレス
- 虐待—子どもがかわいいと思えない。つい叩いてしまう。
などなど…

相談日：毎月第1金曜日

時 間：午後1時半～3時半

場 所：網走保健所 健康相談室

費 用：無料

担当者：道立向陽ヶ丘病院 精神神経科医師、網走保健所保健師

◆思春期相談

小学校高学年、中学校、高校、保護者、学校関係者の方々から思春期に関わる相談を受けています。

- 学校に行けなくなった。人と接するのが怖い
- いらいらして親に暴力を振るう。
- 人間関係の悩み、心と身体についての悩み
- 不登校、ひきこもり、家庭内暴力
などなど…

相談日：毎月第4水曜日

時 間：午後3時～5時

場 所：網走保健所 健康相談室

費 用：無料

担当者：道立向陽ヶ丘病院 精神神経科医師、保健所保健師