

## こころの健康相談について

北見保健所では、精神保健に関して、専門医や保健師による無料相談をおこなっています。

次の様な方は、プライバシーの保護はされますので、安心して御相談ください。

なお、専門医の相談を希望される方は、予約が必要なため、電話・来所で事前にご連絡ください。

- ・ 不眠が続く方
- ・ 人に会いたくない、人の視線が気になる、気分がゆううつな方
- ・ 病気のことを知りたい方（統合失調症・神経症・うつ病など）
- ・ 家庭内暴力でお困りな方
- ・ 認知症に関する心配や悩みなどをお持ちの方
- ・ 飲酒やアルコール問題などをお持ちの方

※ご家族からの相談も可能です。



連絡先 北海道北見保健所健康推進課  
(北海道オホーツク総合振興局保健環境部北見地域保健室健康推進課)

課直通 0157-24-4137

代表 0157-24-4171

【令和6年度医師による相談予定日】：**要予約**

原則、毎月第3水曜日 13:30~15:30

\* 予約の締め切りは相談予定日の前週の金曜日まで

となっておりますのでご注意ください。

4月	17日	10月	16日
5月	15日	11月	20日
6月	19日	12月	18日
7月	17日	令和7年1月	15日
8月	21日	2月	19日
9月	18日	3月	19日