

こころの健康相談

こころの問題や悩みのある方、家族や周りの人のことでお困りの方の相談に精神科医が応じます。

ひとりで抱え込まずに、どうぞご相談ください。

～こんなことはありませんか？～

- ・ 悩みや不安を抱えている ・ 気持ちが落ち込む
- ・ 眠れない ・ 消えてしまいたい
- ・ イライラして落ち着かない ・ 物忘れが目立つ
- ・ アルコールや薬物、ギャンブルによる問題 等



【場所】 岩手県県央保健所(盛岡市内丸 11-1 盛岡地区合同庁舎2階)

【時間】 14:00～16:00 (事前予約制)

【対象】 ・県央保健所管内に在住の方

(八幡平市、滝沢市、雫石町、葛巻町、岩手町、紫波町、矢巾町)

・現在、精神科医療機関に通院されていない方

【日程】 偶数月:第2金曜日 奇数月:第3水曜日

(下記日程表をご参照ください)

令和8年									令和9年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10日	20日	12日	15日	14日	16日	9日	18日	11日	20日	12日	17日

◇ 相談は無料です。

◇ 相談予約前に、保健師が相談内容をお聞きします。

◇ 悩みをお持ちのご本人だけでなく、ご家族等からの相談もお受けします。

【予約・問合せ】

岩手県県央保健所 保健課 電話 019-629-6574