令和７年度

心の健康に関する相談窓口のご案内

精神科医の相談が受けられます

- ○ 精神保健相談：毎月第１～４月曜日、第１木曜日　午後
- ○ 児童・思春期精神保健相談：毎月第２～４木曜日　午後
- ○ 依存症相談　：毎月第１木曜日　　午前

場所：松本保健福祉事務所(松本合同庁舎１階) 診察室

相談は**無料・予約制**です。

（下記のことで悩んでいる方、
困っている方からのご相談に応じています。）

- ☑ 心の健康に関する相談
  眠れない・人の目が気になる・死にたい・等
- ☑ 思春期の相談
  学校に行けない・友達とうまく付き合えない
  食事が食べられない・昼夜逆転してしまう・眠れない等
- ☑ ひきこもりの相談（年代は問いません）
- ☑ 高齢者の心の相談
  認知症・物忘れ・被害的な気分・うつ等
- ☑ 犯罪被害に遭われた方の心の相談
- ☑ 大切な方を自死で亡くされた方の心の相談
- ☑ 依存症の相談
  アルコール・薬物・ギャンブル・ショッピング、ゲーム等

※相談を希望される場合は、事前に下記へ連絡をお願いいたします。なお、お申し込みの際に相談の概要を保健師等がお聞きしますのでご承知ください。

松本保健福祉事務所（松本合同庁舎１階）
健康づくり支援課　保健衛生第一係　まで
TEL　0263－40－1938