

# 精神科医による「こころの健康相談」

こころの健康に関する悩みや問題を抱える方、またそのご家族・支援者の方を対象に精神科医がご相談に応じます。**※相談は、事前予約制となります。**

アルコールによる問題を  
抱えているが、やめられない。

精神科に行く(連れて行く)の  
は不安。まずは相談したい。

個人の秘密は守られますので、  
安心してご相談ください。

家族の様子が  
いつもと違う・・・

こころの不調にどう対応  
して良いか分からない。



## ◆日程

令和6年4月25日(木)	5月9日(木)	5月23日(木)
6月27日(木)	7月11日(木)	7月25日(木)
8月22日(木)	9月12日(木)	9月26日(木)
10月24日(木)	11月14日(木)	11月28日(木)
12月26日(木)	令和7年1月9日(木)	1月23日(木)
2月27日(木)	3月13日(木)	3月27日(木)

◆時間 ①13:30~14:20 ②14:30~15:20 ③15:30~16:20

◆場所 宮崎市保健所 3階 個別相談室

◆対象者 市内在住の人(ご本人、ご家族、支援者の方)

◆費用 無料

事前に下記までご連絡  
の上、ご予約ください。



**※現在、病院に通院されている方は、まず主治医にご相談ください。**

## <ご予約・お問い合わせ先>

宮崎市 健康支援課 こころの健康係 (宮崎市保健所内) ☎0985-29-5286

予約受付時間:月~金(祝日・年末年始を除く) 8:30~17:15