

一般精神保健福祉相談のご案内

こころの病は誰でもかかる可能性がある病気です。ご自身のこころの不調を感じたら、一度相談を試みませんか。ご家族や支援者からの相談も受付けていますので、ぜひご利用ください。

対象者：市内在住で精神科医師による相談を希望する方及びその家族・支援者等

場 所：お住まいの区の保健福祉センター

日 時：区により異なりますので、裏面連絡先へお問い合わせください。

※ご相談は無料です。ご相談に関する秘密は厳守いたします。



～こんな方が相談されています(一例)～

・本人



最近疲れやすくて…。
夜もなかなか眠れなくて辛いけど、精神科を受診するのはちょっと…。

時々、誰もいないのに声が聞こえてきて、怖い…。
もうどうしたらいいかわからない！



・家族

誰かと会話しているような、
独り言が増えています…。
精神科の病気なのでしょうか？



しえんしゃ ・支援者



治療中断されている方で、調子が悪いように見えるが、なかなか受診されない。
どのように受診を勧めればよいのでしょうか。

令和7年度 精神科医師によるこころの健康相談

(一般精神保健福祉相談)

不安感やゆううつ感、イライラなど、こころの不調に気づいたら専門家医師に相談してみませんか？

☆ 対 象 : ご本人(福島区にお住まい方)、ご家族、支援者の方

☆ 場 所 : 福島区役所 2階 23 番窓口

☆ 定 員 : 1日 2 名(先着順)

☆ 費 用 : 無料

☆ 申込み : 事前予約が必要 (予約時に相談内容をお伺いします)

前日までに電話か来所にてお申し込みください。



福島区キャラクター

フツピィ、クツピィ

事前予約制	第1金曜日	第3火曜日	第3月曜日	第4火曜日
	① 10:10~ ② 11:00~	① 14:40~ ② 15:30~	① 14:10~ ② 15:00~	① 14:10~ ② 15:00~
令和7年4月	4日(金)	15日(火)		22日(火)
5月	2日(金)		19日(月)	27日(火)
6月	6日(金)	17日(火)		24日(火)
7月	4日(金)		14日(月)	22日(火)
8月	1日(金)	19日(火)		26日(火)
9月	5日(金)		☆22日(月)	☆16日(火)
10月	3日(金)	21日(火)		28日(火)
11月	7日(金)		17日(月)	25日(火)
12月	5日(金)	16日(火)		23日(火)
令和8年 1月			19日(月)	27日(火)
2月	6日(金)	17日(火)		24日(火)
3月	6日(金)		16日(月)	24日(火)

☆定例日以外の日程となります ※医師の都合で変更となる場合があります

【ご予約・お問い合わせ】 福島区保健福祉センター 保健福祉課(保健活動) 23 番窓口

住所:福島区大開1-8-1

電話:06-6464-9968