

令和6年度

精神保健福祉相談のご案内

保健福祉事務所では、精神科医師による精神保健福祉相談を実施しています。
不登校、眠れない、うつ状態、自殺予防、アルコール依存、自死遺族の方などの心の悩みを感じたら、一人で抱え込まず、ぜひご相談ください。ご家族からの相談にも応じます。

相談日時

偶数月：第1火曜日 14時30分から16時10分
 第3火曜日 14時から16時
奇数月：月1回木曜日 14時30分から16時10分

場所

上田保健福祉事務所 2階 相談室

相談内容

不登校、眠れない、うつ状態、自殺予防、
アルコール依存、自死遺族の方等の心の悩み

その他

相談は予約制で無料です。
事前にお電話で申し込みをお願いします。
相談の日程は都合により変更となる場合があります。



自分ひとり、家族だけで悩まず、
専門の医師に相談してみませんか



問合せ先

上田保健福祉事務所 健康づくり支援課
保健衛生係 保健師
TEL 0268-25-7149
Email uedaho-kenko@pref.nagano.lg.jp

令和6年度 精神保健福祉相談日

上田保健福祉事務所

内容	心の悩み・病気について、精神科医師が相談に応じます。		
開催日	偶数月		奇数月
	第1火曜日	第3火曜日	月1回木曜日
担当	千曲荘病院 遠藤謙二 先生	メンタルサポートそよかぜ病院 吉田朋孝 先生	千曲荘病院 武重宏呂修 先生
時間	14時30分から	14時から	14時30分から
4月	2日	16日(15時～)	
5月			9日(第2)
6月	4日	18日	
7月			4日(第1)
8月	6日	20日(15時～)	
9月			12日(第2)
10月	1日	15日(15時～)	
11月			21日(第3)
12月	3日	17日	
1月			16日(第3)
2月	4日	18日(15時～)	
3月			13日(第2)