

精神保健相談

ひとりで悩んでいませんか？
まずは相談してみませんか？

日時

毎月第1月曜日
午後2時15分～4時15分
※要予約 事前相談が必要です。

場所

水戸市保健所
(笠原町 993-13)

対象

市内在住の精神保健に課題を抱える方や
その家族、支援者

費用

無料

精神保健に関する生活上の悩みについて精神科医がお話を聞きます。

心当たりはありませんか？

- 気分が沈む。不安になる。
- あらゆることに興味が無くなった。
- 最近物音に過敏になった。
- 色んなことを何回も確認しないと不安だ。
- 些細なことでイライラするようになった。
- 精神科・心療内科を受診すべきか悩む。



申込み・問合せ先

水戸市保健所 健康づくり課 精神保健相談係

☎ 029-243-7311(平日:午前8時30分～午後5時15分)

Q&A

Q 診断書は書いてもらえますか？

A あくまでも精神科医による相談ですので、診断書の作成は致しかねますが、受診に関する相談は可能です。

Q 匿名でも相談できますか？

A 匿名でも相談可能です。お困りの内容を話せる範囲で結構ですのでご相談ください。

Q 精神科・心療内科に通院中ですが相談できますか？

A 原則対象外となっております。ただし、水戸市保健所の保健師、精神保健福祉士、社会福祉士にて相談をお受けすることは可能です。

Q 何回でも利用できますか？

A 原則1回のみとなっております。ただし、水戸市保健所の保健師、精神保健福祉士、社会福祉士にて相談をお受けすることが可能です。

MAP

