

# 令和3年度精神保健相談(こころの健康相談)

静内保健所では、精神障がい者やその家族・関係者、精神保健福祉に関する問題に悩む地域のみなさんが相談できる窓口を設置しています。

相談を希望される方は、下記までお申し込みください。

## 1 日程：(原則、毎月第1金曜日)

相談日	申込み締切り日	備考
令和3年5月21日(金)	5月17日(月)	第3金曜日
6月4日(金)	5月31日(月)	
7月2日(金)	6月28日(月)	
8月6日(金)	8月2日(月)	
9月3日(金)	8月30日(月)	
10月1日(金)	9月27日(月)	
11月5日(金)	11月1日(月)	
12月3日(金)	11月29日(月)	
令和4年1月21日(金)	1月17日(火)	第3金曜日
2月4日(金)	1月31日(月)	
3月4日(金)	2月28日(月)	

2 内容 精神科専門医による相談です。

3 対象 ・精神的な不安感から生活に支障が生じて困っている、心の病気かどうか悩んでいるご本人。  
・心の病気ではないか心配なので医療機関に受診してもらいたいなど、本人への対応で困っているご家族や職場の方、関係機関の方など。

4 場所 静内保健所

5 時間 午後1時30分～午後3時30分(1人1時間程度)

6 申込み 事前申し込みが必要です(予約制)

### 【お問い合わせ・お申し込み先】

静内保健所 健康推進課 健康支援係 電話 0146-42-0251

住 所：新ひだか町静内こうせい町2丁目8-1

## 寄り処 <sup>よ</sup><sub>どころ</sub>【家族の会】

寄り処は、こころの悩みを抱える当事者の家族が、同じ立場の家族とありのままの気持ちを語り合い、ほっと一息つく場です。まずは一度気軽にお問い合わせください。

と き：参加者のご都合に合わせて開催いたします

と ころ：もんちゃんの家 (〒059-2121 北海道沙流郡日高町門別本町)

内 容：茶話会等

対象者：こころの病気(統合失調症やうつなど)やひきこもりなどの当事者の家族など

費 用：無料

【お問い合わせ先】 指定相談支援事業所 相談室みんなのそら 電話 01456-2-2585

日高町役場 子育て健康課 健康増進グループ 電話 01456-2-6571

# 晴<sup>はれ</sup>寿<sup>す</sup>の会 <sup>かい</sup>【当事者の会】

晴寿の会は、こころの悩みを抱える方が、身近な場所で気軽に集まって仲間と交流し、楽しみを見つける場です。園芸療法やクッキング、小物作りをしながら、月1回のペースで交流しています。まずは一度気軽にお問い合わせください。

と き：原則 毎月第2火曜日 午後1時30分～3時

と ころ：喫茶ハーブ（〒055-0006 日高町富川南4丁目1-8）

内 容：園芸療法、クッキング、ハンドマッサージ、小物作り、茶話会等

対象者：こころの病気（統合失調症やうつなど）やひきこもりなどにより、日中なかなか外出する機会のない方など

費 用：1回につき150円程度（活動費およびお茶代）

開催日：	令和3年 5月11日(火)	令和3年 9月14日(火)	令和4年 1月11日(火)
	6月 8日(火)	10月12日(火)	2月 8日(火)
	7月13日(火)	11月 9日(火)	3月 8日(火)
	8月10日(火)	12月14日(火)	

※新型コロナウイルス感染状況によっては、変更等もありませんので、参加の日にちが近くなりましたら、問い合わせ先までご確認ください。

【お問い合わせ先】 NPO法人日高生活支援ネットワークDS虹の華 電話 01456-2-2176  
日高町役場 子育て健康課 健康増進グループ 電話 01456-2-6571

## 令和3年度 静内保健所 女性の健康相談

妊娠・出産・更年期など女性固有の心身の悩みや、若年者の性の問題など、女性の健康上の幅広い相談に対応します。

開設日時：原則、毎月第4水曜日 午後1時30分～午後3時30分（予約制）

実施場所：静内保健所

相談日	
令和3年 5月26日(水)	令和3年 11月24日(水)
6月23日(水)	12月22日(水)
7月28日(水)	令和4年 1月26日(水)
8月25日(水)	2月16日(水)
9月22日(水)	3月23日(水)
10月27日(水)	



◎前日（祝日の場合は前々日）までの予約制となっています。

【お問い合わせ先】 静内保健所 健康推進課 健康支援係 電話 0146-42-0251