



北海道富良野保健所

こころの健康相談

こんな心配はありませんか？
ご本人やご家族からの相談をお受けします。

- よく眠れない。何をしても億劫で気が滅入る。
- 仕事に行くのがつらい。死にたくなる。
- 誰もいないのに声が聞こえたり、独り言や一人笑いをしている。
- お酒やギャンブルがやめられず生活が成り立たなくなった。
- 事故にあってから、怒りっぽくなった。

精神科医が相談に応じる他、
保健師による随時相談も行っています。お気軽にご相談ください。

●精神科医による相談

[予約制]：日時 原則第1木曜日 10:30～11:30・第3月曜日 14:00～15:00

[申し込み・問い合わせ先]
北海道富良野保健所
(北海道上川総合振興局保健環境部富良野地域保健室)
〒076-0011 富良野市末広町2番10号
担当 健康推進課 健康支援係
電話 **0167-23-3161** (代表)

