

相談無料!

## 令和8年度 保健所のこころの相談窓口

そもそも保健所って何をしているの?どんなことを相談できるの?  
ここでは、保健所で行っている「こころの相談」について紹介します。

### 本人やご家族からの相談例

通院している家族が  
薬を飲まなくなって  
しまって...

ひきこもりの相談も  
いいのかな...

症状は落ち着いているけど  
仕事はできるかな...

家族が依存症の  
問題を抱えていて...

病院に行きたいけど  
どうしよう...

人間関係で悩んでいるけど、  
問題が多すぎて...

通院しているけど  
うまく症状を  
伝えられない...

眠れなくて  
何もやる気がしない...



### 保健師等の相談

場所:豊橋市保健所(ほいつぱ内)

保健師等があなたのこころの悩みや不安をお聞きし、  
必要なサービスの調整や医療のことなどを  
一緒に考えていきます。

本人だけではなく、  
ご家族からの相談もお聞きします。  
お気軽に相談ください。



## 相談方法

まずは、電話0532-39-9145にお電話ください。  
あなたに合った方法を一緒に考えていきます。



電話相談



面接相談



訪問相談

## 精神科医・公認心理師等による面接相談 【予約制】

場所:豊橋市保健所(ほいっぴ内)

- 精神保健福祉相談(精神科医) 年 6 回
- 思春期精神保健相談(児童精神科医) 年 11 回
- こころの健康相談(公認心理師) 年 20 回



※まずは、保健師等がお話を伺います。日程は広報とよはしでご案内します。

## 経験者と家族が寄り添う依存症相談 【予約制】

場所:豊橋市保健所(ほいっぴ内)

※まずは、保健師等がお話を伺います。日程は後日調整します。

アルコール  
薬物  
ギャンブル等

## その他

精神保健に関する詳しい情報はQRコードで検索できます。  
(豊橋市ホームページ内)

