

令和8年度

# 精神保健福祉相談のご案内

大町保健福祉事務所

精神保健福祉相談では、  
次のような心の悩みを抱える方、家族、支援者の相談に、精神科医師が応じます。

- 心の健康相談  
眠れない・食事が摂れない  
人の目が気になる  
死にたい・うつ
- ひきこもりの相談
- 依存症の相談  
アルコール、ギャンブル、薬物など
- 高齢者のこころの相談  
認知症・もの忘れ・うつ  
被害的な気分



◎開催日 毎月1回 第3水曜日  
午後2時から午後5時まで（一人1時間程度）

開催日程	
令和8年 4月15日（水）	5月20日（水）
6月17日（水）	7月15日（水）
8月19日（水）	9月16日（水）
10月21日（水）	11月18日（水）
12月16日（水）	令和9年 1月20日（水）
2月17日（水）	3月17日（水）

◎場所 長野県大町合同庁舎 1階 予診室

◎相談について

- ・相談は**事前の予約が必要**です。開催前日の正午までに、下記担当までお問い合わせください。予約の際に相談の概要をお伺いしますので、ご承知ください。
- ※都合により、日程・会場を変更する場合がございます。

○お問い合わせ先○

大町保健福祉事務所 健康づくり支援課  
電話：0261-23-6529（保健師）