

ストレス

ひきこもり

不眠

お酒

令和8年度置賜保健所

# こころの健康相談

不安や悩みを一人で抱えていませんか？  
ぜひお気軽にご相談ください。

無料

家族からの相談可

匿名でも可

## 精神科医師による相談

※2日前までの予約制

相談日程	米沢会場 (置賜総合支庁本庁舎) 9:30~11:00		長井会場 (置賜総合支庁西置賜地域振興局) 10:00~11:30
令和8年4月	8日(水)	15日(水)	—
5月	7日(木)		13日(水)
6月	10日(水)	24日(水)	—
7月	2日(木)		22日(水)
8月	5日(水)	19日(水)	—
9月	3日(木)		16日(水)
10月	14日(水)	28日(水)	—
11月	5日(木)		18日(水)
12月	9日(水)	23日(水)	—
令和9年1月	7日(木)		20日(水)
2月	10日(水)	17日(水)	—
3月	4日(木)		17日(水)

※日程は都合により変更する可能性があります

## 保健師による相談

※予約不要

随時、電話・来所での相談を受け付けております。  
時間帯：平日 8:30~17:15

問い合わせ・  
申し込み先

☎0238-22-3015

置賜保健所 地域保健福祉課 精神保健福祉担当