

# こころの健康相談

町民の方を対象に、臨床心理士・精神保健福祉士・保健師による「こころの健康相談」（予約制）を実施しています。

「不眠が続く」「気力が低下して何もできない」「人間関係の悩み」等の相談をお受けします。「家族への対応について」等、ご家族からの相談も可能です。

※秘密は厳守します

令和7年度日程

事前申込みが必要です

日程	令和7年 9月17日（水） 終了しました 9月12日（金）	令和8年 3月4日（水）
申込み期限	2月27日（金）	
時間	<p>午後1時30分～ ◎お一人あたり45分程度 ◎申込み状況により時間を指定させていただく場合があります。</p>	
会場	<p><u>鳩山町保健センター</u> ※地域包括ケアセンターから変更になりました</p>	

●申込み・問合せ先 鳩山町保健センター

電話 049-296-2530



FAX 049-296-2832

作成：令和8年2月

# ひとりで悩まず相談してください



## 《相談・問合せ先一覧》

令和8年2月現在

 島山町保健センター TEL 049-296-2530 FAX 049-296-2832

こころの健康相談…臨床心理士・精神保健福祉士・保健師による相談（予約制）

◎開催日時は裏面をご覧ください。保健師等による相談は随時受け付けています。

 埼玉県坂戸保健所 TEL 049-283-7815

精神保健福祉に関する電話相談や訪問を実施しています。

まずはお電話にてご相談ください。

 埼玉県立精神保健福祉センター

来所相談…電話予約制（平日 9 時～17 時）TEL 048-723-6811

電話相談「こころの電話」…（平日 9 時～17 時）TEL 048-723-1447

 暮らしとこころの総合相談会 TEL 048-782-4675（予約・問合せ：

平日 10 時～17 時）<http://kurashitokokokoro.la.coocan.jp/>

多重債務、失業など生活面の問題や心の健康について、弁護士や司法書士、精神保健福祉士等、専門家による相談を同時に受けられます。要予約。

原則月4回木曜日 15 時～19 時 JACK 大宮 5階集会室

 埼玉いのちの電話

電話相談…24 時間 365 日 TEL 048-645-4343

フリーダイヤル（自殺予防いのちの電話）

毎日 16 時～21 時、毎月 10 日 8 時～翌日 8 時 TEL 0120-783-556

 こころの健康相談統一ダイヤル

電話相談 平日・休日ともに 24 時間対応

TEL 0570-064-556（おこなおう、まもうよう、こころ）

 埼玉 SNS 相談「こころのサポート@埼玉」

LINE による相談 毎日 19 時～23 時（受付は 22 時 30 分まで）

