

令和8年度 あさぎり町

# こころと悩み の相談窓口



- ✓ 秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください
- ✓ 相談は無料で完全予約制(原則2日前まで)です

**こころの健康相談** ◎時間：午後2時～（1件45分）◎場所：免田保健センター  
※6月のみ11時～

精神科医師による相談です。やる気が出ない、眠れない、認知症やアルコール等の依存症、ひきこもりの対応など、本人・家族・関係される方、どなたでも相談できます。

4月24日(金) 県立こころの医療センター 西 良知先生	6月26日(金) 11:00~ 熊本大学保健センター 長岡 舞子先生	8月20日(木) 人吉こころのホスピタル 吉田 顕二先生	10月23日(金) 県立こころの医療センター 西 良知先生
12月18日(金) 熊本県精神保健福祉センター 藤瀬 昇先生	2月18日(木) 人吉こころのホスピタル 吉田 顕二先生		

**メンタルヘルス相談** ◎時間：午前10時～（新規の方60分、継続の方30分）  
◎場所：免田保健センター

公認心理師による相談です。自分自身の事や家族関係、学校や職場での悩みやストレス等 “気持ちの問題かな？” “対応や考え方について聞きたい” など、心のモヤモヤに関する相談に応じます。

人吉こころのホスピタル 恒松 百花 公認心理師	5月27日(水)	9月30日(水)	11月18日(水)	1月27日(水)
八代更生病院 藤本 知子 公認心理師	7月29日(水)	3月19日(金)		

「相談してよかった」の声



- ・「認知症かなと心配だった家族のことを相談できてよかった」
- ・「不登校の子どもについて、関わり方をアドバイスしてもらって助かりました」
- ・「精神科の薬のことを相談して詳しく説明してもらえたので安心した」
- ・「自分の考え方の癖が分かり、不安な時は考え方を少し変えられるようになりました」
- ・「子どもへの関わり方に困っていたが、アドバイスをもらって子どもへの接し方を変えてみようと思った」  
などなど…



予約・お問い合わせ

あさぎり町役場 健康推進課 ☎ 45-7216

※日時が変更になる場合がありますので、事前にお電話でご確認ください