

令和8（2026）年度

精神保健福祉相談のご案内

栃木健康福祉センターでは心の健康相談を行っています。

「よく眠れない」「憂うつで何をしてもつまらない」「イライラが強く落ち着かない」などの心の不調や、ひきこもりや依存症などの相談について、ご本人・ご家族・関係者の方からのご相談をお受けします。

（1）精神科医師による相談（要予約）

月日	曜日	時間
令和8年5月28日	木	13:00～15:00
7月16日	木	13:00～15:00
9月1日	火	14:00～16:00
10月23日	金	14:00～16:00
11月24日	火	14:00～16:00
令和9年2月2日	火	14:00～16:00

※スムーズに精神科医師による相談にお繋ぎするために、上記の相談日とは別日に保健師が面接をさせていただきます。

（2）保健師による相談

随時（平日9:00～17:00）

<問い合わせ先>

栃木県栃木健康福祉センター 保健衛生課

栃木市神田町6-6（下都賀庁舎2階）

☎0282-22-4121

