

令和7年度

✓ 秘密厳守

✓ 無料相談

✓ 個室

✓ 予約制

- ささいことでイライラする
- 仕事のミスが増えた
- ぐっすり眠れない
- あたりまえにやっていたことが手につかない
- 人の話や内容が頭に入っていない

(1人 約30分)

「なんだか、いつもの自分とちがう」と感じたら

こころの健康相談

私たちは常にストレスにさらされて生活しています。しかし「いつもと違う自分」が長く続くようなら要注意です。ご自分のことでも、ご家族のことでもかまいません。「病院に行くのは気がひける」という方もお気軽にご利用ください。

公認心理師・臨床心理士
による相談

精神科医師による相談

毎月1回(原則火曜日)
13:30~15:30

期 日

月数回(原則水曜日)
13:30~15:30

高山市保健センター

会 場

高山市保健センター・
各支所等

高山市健康推進課
0577-35-3160

予 約 先

飛驒保健所健康増進課
0577-33-1111 内線 312

電話相談もOK
家庭・職場の人間関係
の悩みも伺います。

そ の 他

精神科主治医がいない方
が対象です。

令和7年度の日程一覧は裏面にあります

こころの健康相談

令和7年度日程一覧

公認心理師・臨床心理士による相談

予約制

- 会場 高山市保健センター
- 時間 13:30～15:30
- 申し込み 高山市健康推進課
0577-35-3160

2025 /4/16 - 水	2025 /5/27 - 火	2025 /6/24 - 火
2025 /7/29 - 火	2025 /8/26 - 火	2025 /9/30 - 火
2025/10/28 - 火	2025/11/18 - 火	2025/12/23 - 火
2026 /1/27 - 火	2026 /2/17 - 火	2026 /3/24 - 火

日程は変更することがありますので、お電話等でご確認ください。

精神科医師による相談

予約制

- 会場 高山市保健センター

2025/ 4/ 2 - 水
2025/ 5/14 - 水
2025/ 6/ 4 - 水
2025/ 7/ 2 - 水
2025/ 8/ 6 - 水
2025/ 9/ 3 - 水
2025/10/ 1 - 水
2025/11/12 - 水
2025/12/ 3 - 水
2026/ 1/ 7 - 水
2026/ 2/ 4 - 水
2026/ 3/ 4 - 水

- 時間 13:30～15:30
- 申し込み 飛騨保健所 健康増進課
0577-33-1111 (内線312)

- 支所地域等の会場 -

2025/ 4/ 9 - 水 朝日保健センター
2025/ 5/28 - 水 飛騨総合庁舎
2025/ 6/25 - 水 飛騨総合庁舎
2025/ 7/ 9 - 水 上宝支所
2025/ 8/27 - 水 飛騨総合庁舎
2025/ 9/10 - 水 荘川福祉センター
2025/10/22 - 水 きよみ館(清見支所)
2025/12/17 - 水 飛騨総合庁舎
2026/ 2/18 - 水 地域活動支援センター
やまびこ