

こころの健康相談のご案内

日常生活の中で、ご自身やご家族のこころの悩みを、思いつくままに相談しませんか？とりとめのない話で大丈夫です。

精神科医が相談に応じ、ご本人だけでなく、ご家族や関係者の、こころの健康づくりのサポートをいたしますので、お気軽にご相談ください。

- 相談医：吉田病院 吉田昌平先生
- 場 所：江田島市大柿市民センター等
- 時 間：13:30～15:00(完全予約制)
- 料 金：無料



開催日毎月第2金曜日 時間 13:30～15:00	相談室
令和7年4月11日	研修室
5月 9日	会議室1
6月13日	研修室
7月11日	
8月 8日	市役所(401会議室)
9月12日	研修室
10月10日	
11月14日	
12月12日	
令和8年1月 9日	
2月13日	
3月13日	



【ご予約】

お問い合わせ先：広島県西部保健所呉支所 厚生保健課 保健係

【電話】0823-22-5400 (内線)2410～2415

【受付時間】平日8:30～17:00

予約制です。2日までにご予約ください。

保健師等による随時相談のご案内

保健師や精神保健福祉士などの専門職員が、電話や面接による相談を随時、受け付けていますのでご利用ください。

相談窓口	場所	電話
広島県 西部保健所呉支所 厚生保健課	呉市西中央一丁目3-25 広島県呉庁舎3階	0823-22-5400 内線2410～2416
江田島市 保健医療課 健康推進係	江田島市大柿町大原505 江田島市役所2階	0823-43-1639
江田島市障害者 相談支援事業所 「ぱすてる」	江田島市能美町鹿川2015-2	0823-27-8899

身近なひとに、いつもと違う言動がみられませんか？
気になる様子があれば、「心配している」ことを伝えましょう。

- ☐ 突然泣き始める、イライラを爆発させるなど、感情が不安定になっている
- ☐ 性格が急に変わったように見える
- ☐ 身なりに構わなくなったように見える
- ☐ これまで関心があったことに対して、興味を失ったように見える
- ☐ 職場を無断欠勤したり、行方が分からなくなったりする
- ☐ 交際が減り、ひきこもりがちになった
- ☐ 極端に食欲がなくなり、体重が減少したように見える
- ☐ よく眠れていないようだ
- ☐ 近親者や知人の死を経験した
- ☐ アルコールや薬物を乱用している
- ☐ 自殺をほのめかしている
- ☐ さまざまな身体的不調を訴えている



「広島県こころといのちのゲートキーパー手帳(第3版)」から抜粋