

相談無料
予約制

令和8年度

青森県上北保健所精神保健福祉相談

精神保健に関する課題を抱える本人または家族等を対象に、精神科医師、保健師がお話をお伺いします。

たとえば…

- ・最近よく眠れない
- ・独り言や独り笑いがある
- ・落ち込みが激しい
- ・最近怒りっぽい
- ・家族としてできることは？



日程

令和8年	4月15日(水)	5月20日(水)	6月17日(水)
	7月15日(水)	8月19日(水)	9月16日(水)
	10月21日(水)	11月18日(水)	12月16日(水)
令和9年	1月20日(水)	2月17日(水)	3月17日(水)

曜日
受付時間

第3水曜日 13:00~14:00

場所

青森県上北保健所

住所 十和田市西二番町10-15

TEL 0176-23-4261

その他

- ・予約制です。前日の午前中までに電話で予約をお願いします。
- ・原則として、精神科医療機関へ通院中の方は、通院先の医療機関へご相談ください。