

北海道留萌保健所 こころの健康相談のご案内

留萌保健所では、毎月定例日に精神の一般相談・思春期相談を解説しております。

心の問題でお悩みの方やご家族の方、支援に困っている関係者の方は、お気軽にご相談ください。なお、相談は無料です。相談の秘密は厳守いたします。

一般相談（精神科医師）

所 留萌保健所

対 心の問題でお悩みの方やご家族、支援者

■従事者

平岸病院

理事長 高橋 伸幸 氏

留萌セントラルクリニック

精神保健指定医 荻野 武裕 氏

みなぎこころクリニック

精神保健指定医 伊東 隆雄 氏

精神保健指定医 亀山 梨絵 氏

〈こんなご相談をお受けします〉

- ・つらい気持ちや死にたい気持ちになる
- ・眠れない、食欲がない、気分が沈む等が続いている
- ・家族の飲酒問題や引きこもり等で悩んでいる
- ・身近な人を自死で亡くした 等

思春期相談（心理士）

所 留萌保健所

対 思春期の問題でお悩みの方、ご家族、支援者

■従事者

公認心理士・臨床心理士 河原 由紀 氏

公認心理士・臨床心理士

かうんせりんぐるうむかかし（千歳市）

河原 由里子 氏

〈こんなご相談をお受けします〉

- ・学校で友人関係に悩んでいる
- ・家族との関係に悩んでいる
- ・不登校、ひきこもりの問題について相談したい
- ・思春期の子どもへの接し方、対応に悩んでいる 等

■令和8年度こころの健康相談日程

開催日	時 間	内 容	担 当
4月23日(木)	14:00~16:00	精神相談	荻野先生
5月20日(水)	13:00~15:00	アルコール相談	保健所保健師 AAメンバー
6月5日(金)	14:00~16:00	思春期相談	河原先生
7月3日(金)	13:00~15:00	精神相談	高橋先生
8月18日(火)	14:00~16:00	思春期相談	河原先生
9月4日(金)	13:00~15:00	精神相談	高橋先生
10月22日(木)	13:30~15:30	思春期相談	河岸先生
11月12日(木)	13:30~15:30	精神相談	亀山先生
12月調整中	14:00~16:00	精神相談	荻野先生
1月13日(水)	15:00~17:00	精神相談	伊東先生
2月調整中	14:00~16:00	精神相談	荻野先生
3月10日(水)	15:00~17:00	精神相談	伊東先生

アルコールミーティング

アルコールミーティングでは、AAの説明とAAメンバーによるモデルミーティングを行います。

日 5月20日(水) 13:00~15:00

所 羽幌町中央公民館 3階 会議室

羽幌町南 6条 2丁目

■出席者

AAメンバーの方、留萌保健所保健師

※AAは飲酒問題から開放されたいと願う人の集まりです。
飲酒問題からの回復のために定期的にミーティングを開催する等の活動をしています。

事前予約が必要です。申込順のため、希望日に予約できないことがあります。

問 留萌保健所健康推進課健康支援係 ☎ 42-8327 FAX 42-8216（月～金曜日 8:45～17:30）

【<https://www.rumoi.pref.hokkaido.lg.jp>】

おにしか更生園では職員(パート)を募集しています 興味のある方は、下記までご連絡ください

■雇用期間

採用日から令和9年3月31日まで
(期間終了後の再雇用あり)

■勤務場所

おにしか更生園；小平町鬼鹿田代 584 番地の 2

■募集職種；勤務内容 / 人員

介助員；清掃美化及び洗濯業務等 / 1 名

■勤務日・勤務時間

週 5 日程度
8:00 ~ 17:00 のうち実働 6 時間(1 時間休憩)

■報酬

時給；1,213 円

■問い合わせ先

詳細は「おにしか更生園 総務課」TEL 57-1321 まで

【広告】 この広告は有料で商業広告等を掲載しております