

こころの健康相談窓口			
【市町村】	機関	住所	連絡先
	帯広市健康推進課	帯広市東8条南13丁目1番地 帯広市保健福祉センター	0155-25-9721
	音更町保健センター	音更町新通8丁目5番地 音更町保健センター	0155-42-2712
	士幌町保健福祉課	河東郡士幌町字士幌西2線167 士幌町総合福祉センター	01564-5-2108
	上士幌町保健福祉課	河東郡上士幌町字上士幌東3線236番地 上士幌町健康増進センター	01564-2-4128
	鹿追町保健福祉課	河東郡鹿追町東町4丁目2番地1 鹿追町トリムセンター	0156-66-4037
	新得町保健福祉課	上川郡新得町3条南3丁目 新得町福祉センター「なごみ」	0156-64-0533
	清水町保健福祉課 健康推進係	上川郡清水町南3条2丁目1番地 清水町保健福祉センター	0156-67-7320
	芽室町健康福祉課	河西郡芽室町東2条2丁目14番地	0155-62-9723
	中札内村福祉課	河西郡中札内村西2条南2丁目 中札内村老人保健福祉センター	0155-67-2321
	更別村保健福祉課	河西郡更別村字更別190番地1 更別村福祉の里総合センター	0155-53-3000
	大樹町保健福祉課	広尾郡大樹町暁町8番地1 大樹町高齢者保健福祉推進センター「らいふ」	01558-6-2100
	広尾町保健福祉課	広尾郡広尾町公園通南4丁目1番地 広尾町健康管理センター	01558-2-5122
	幕別町保健課	中川郡幕別町本町130番地1 幕別町役場	0155-54-3811
	池田町保健福祉課	中川郡池田町西3条5丁目2-1 池田町保健センター	015-572-2100
	豊頃町福祉課	中川郡豊頃町茂岩本町125番地 豊頃町役場福祉課健康係	015-574-2214
	本別町健康管理センター 健康づくり担当	中川郡本別町北6丁目11番地4	0156-22-2219
	足寄町福祉課	足寄郡足寄町北1条4丁目48	0156-25-2571
	陸別町保健福祉センター 保健指導担当	足寄郡陸別町字陸別東2条3丁目2番地	0156-27-8001
	浦幌町保健福祉センター	十勝郡浦幌町字北町8番地の1	015-576-5111

令和6年2月改訂



あなたのまわりに心配な方はいませんか？
気になる方がいましたら、ご相談ください。



北海道帯広保健所
(北海道十勝総合振興局保健環境部保健行政室)
帯広市東3条南3丁目・十勝合同庁舎

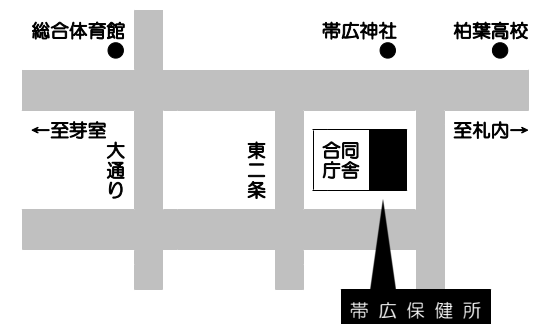
<連絡先>

健康支援第二係

☎0155-26-9085

こころの健康相談専用電話

☎0155-21-9110



新得地域保健支所	新得町3条南6丁目	☎0156-64-5104
広尾地域保健支所	広尾町公園通南4丁目	☎01558-2-2191
本別地域保健支所	本別町北1丁目4-39	☎0156-22-2108

こころの健康相談

こんな心配はありませんか？ご本人やご家族からの相談をお受けします。
個人の秘密は守られますので、気軽に御相談ください。

あなたや、あなたのまわりにこんな心配ありませんか？

- 不眠が続く
- ささいな事にも悲観的になる
- ひとり言を言ったり、ひとり笑いをする
- 人と会うのを嫌い、閉じこもりがちとなる
- 何となくゆううつで、生きているのがつらい
- 職場の環境や人間関係になじめず、仕事に行くのがつらい
- 思春期の悩みや不登校・ひきこもりに関すること
- 事故等による脳外傷後、性格の変化や生活のしづらさがある
- 家族を自死で亡くし、つらい
- アルコール・薬物・ギャンブル等についての悩み
- その他 心の健康に関すること



	医師による面接相談	連絡先	保健師による相談
帯広保健所 (本所)	毎月 第2 火曜日 毎月 第3 金曜日 ※本所 13:30~15:30	(専用電話) 0155-21-9110	(専用電話) 0155-21-9110 月~金曜日 (祝祭日を除く) 8:45~17:00
新得支所	※支所 14:30~15:30		
本別支所	※対象者から希望があった会場で実施します。		
広尾支所	毎月 第3 金曜日 *時間は要相談		
	* 予約制 ですので、電話等でご連絡ください。 事前に保健師が内容をお伺いいたします。 *都合により、時間が変更になることがあります。		*電話や面接で随時 相談を受けています。

保健所では、こころの健康について
次のような活動をしています。

医療・福祉制度等について

障害者自立支援医療（精神通院）

- ・障害者自立支援法により、精神障がいを持ち、継続的に入院によらない精神医療（通院医療）を受ける方が、公費によって医療費の補助を受けることができる制度です。
- ・有効期間 : 1年以内
- ・自己負担額：世帯収入と症状（高額治療継続者に該当するか否か）によって異なります（世帯とは、ここでは同一健康保険の方を指します）
- ・問合せ・申請窓口～市町村



精神障害者保健福祉手帳

- ・障がいの程度により手帳を交付します。
- ・手帳をお持ちの方は、税制の優遇措置等が受けられます。
- ・問合せ・申請窓口～市町村

そよ風の会

自死で家族を亡くされた方のわかちあいの会

回数：月1回

場所：帯広保健所

※ご相談・お問い合わせは帯広保健所健康支援第二係まで。



SOSネットワーク

認知症などで自分の家がわからなくなったお年寄りを、すみやかに発見・保護しています。利用については、最寄りの警察署生活安全課へお問い合わせください。

北海道十勝総合振興局保健環境部保健行政室ホームページ

十勝総合振興局保健環境部保健行政室のホームページに、精神保健についての情報を掲載しています。下記のアドレスからご覧下さい。

<http://www.tokachi.pref.hokkaido.lg.jp/hk/hfc>