

# 令和8年度 こころの健康相談

生活の悩みや心のつらさ、ひとりで抱えていませんか？  
保健所では、毎月1回、江田島市を中心に、専門医による相談を行っています。  
お気軽にご利用ください。


■ 相談医 吉田 昌平先生 (精神科専門医)

■ 利用は無料

■ 相談内容

うつ病や気分の落ち込み、ひきこもり、  
アルコールなどの依存症、こころの健康に関すること



日にち	場所・時間
令和8年 4月10日(金)	<p>【場所】 江田島市大柿市民センター (江田島市大柿町大原535-2)</p> <p>【時間】 13:30~15:00</p> 
5月 8日(金)	
6月 5日(金)	
7月10日(金)	
8月14日(金)	
9月11日(金)	
10月 9日(金)	
11月13日(金)	
12月11日(金)	
令和9年 1月 8日(金)	
2月12日(金)	
3月12日(金)	

■ 申し込み方法 (相談日の2日前までに予約)

【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  
〒737-0046 呉市西中央1丁目3-25  
電話:0823-22-5400



# 保健師等による随時相談のご案内

専門の職員（保健師、精神保健福祉士など）が、電話や面接による相談を受け付けています。お気軽にご利用ください。

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
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

