

山梨市 こころの健康相談



こんなお悩みありませんか？

- ☐ とにかく話を聞いてもらいたい
- ☐ 子育て・介護が辛い
- ☐ 家庭や職場などの人間関係に悩んでいる
- ☐ 家に引きこもりがち
- ☐ 心の不調を訴える家族のことが心配
- ☐ 人と会うのがおっくう

専門家（公認心理師、精神保健福祉士、精神対話士）がゆっくりお話を伺います。相談での秘密は厳守されます。

まずはお気軽に「こころの相談希望です」とお電話ください。

こころの健康相談窓口

山梨市役所 健康増進課

☎0553—22—1111（平日 8：30～17：15）



相談には、「事前予約」が必要です

※夜間の相談は、相談日の1週間前までに要予約

●相談日

	公認心理師	精神保健福祉士
令和7年4月	24(木)	23日(水)
5月	9日(金)	16日(金)
	15日(木)	
	夜間 29日(木)	
6月	12日(木)	19日(木)
7月	4日(金)	8日(火)
	18日(金)	
8月	8日(金)	20日(水)
	夜間:28日(木)	
9月	5日(金)	11日(木)
	18日(木)	
10月	16日(木)	10日(金)
11月	7日(金)	12日(水)
	13日(木)	
	夜間:27日(木)	
12月	17日(水)	3日(水)
令和8年1月	9日(金)	8日(木)
	30日(金)	
2月	5日(木)	10日(火)
	夜間:20日(金)	
3月	6日(金)	23日(月)
	18日(水)	

精神対話士

1回80分

日時・場所は相談の上、決定します。

●相談時間(45分間の相談になります)

	時 間
1	午前9時30分 ~ 10時15分
2	午前10時30分 ~ 11時15分
3	午後1時15分 ~ 2時
4	午後2時15分 ~ 3時

	時 間(夜間)
1	午後6時 ~ 6時45分
2	午後7時 ~ 7時45分

●相談場所

山梨市保健センター、
相談室、各家庭 等

●費用は無料です

山梨市民限定

★ 予約申し込み先 ★

山梨市役所 ☎0553-22-1111 (平日 8時30分~17時15分)

- ・ 子育て中の方の相談は … こども・子育て課 (内線1174)
- ・ 障がいのある方の相談は … 福祉課 (内線1139)
- ・ 64歳までの方の相談は … 健康増進課 (内線1164)
- ・ 65歳以上または介護に関する相談は … 高齢者・介護支援課 (内線1227) または
山梨市地域包括支援センター ☎0553-23-0294