

相談無料
予約制

令和 7 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 7年	4月16日（水）	5月21日（水）	6月25日（水）	7月16日（水）	8月20日（水）	9月10日（水）	10月15日（水）	11月19日（水）	12月17日（水）
令和 8年	1月21日（水）	2月18日（水）	3月11日（水）						

曜日 受付時間

第3水曜日 13:00～14:00

※令和7年6月は第4水曜日

令和7年9月・令和8年3月は、第2水曜日となっています。

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。