

こんなことで悩んでいませんか？

不安や悩み

- * 対人関係でうまくいかない
- * イライラする
- * くよくよする
- * 気分が落ち込む
- * 気力がない
- * 眠れない、起きられない
- * 正体不明の声や悪口が聞こえる
- * 他人に自分の心の中を知られてしまう
- * 誰かが監視している
- * 誰かが自分を操る
- * 周りから嫌がらせをされる

思春期の相談

- * 学校に行けない
- * 無気力、やる気がない
- * 友達とうまくいかない

依存症に関する不安・心配ごと

- * お酒がやめられない
- * ギャンブルがやめられない
- * 薬物に依存(大麻、覚醒剤、処方薬、脱法ハーブなど)
- * 買い物依存
- * 過食・拒食

ひきこもりの相談

- * 明らかな病気ではないのに長い期間家庭以外の社会生活に参加できない

大人の発達障害

- * 成績は良かったのに職場でうまくいかない
- * ミスが多いと言われる
- * 人間関係が苦手

来所
相談

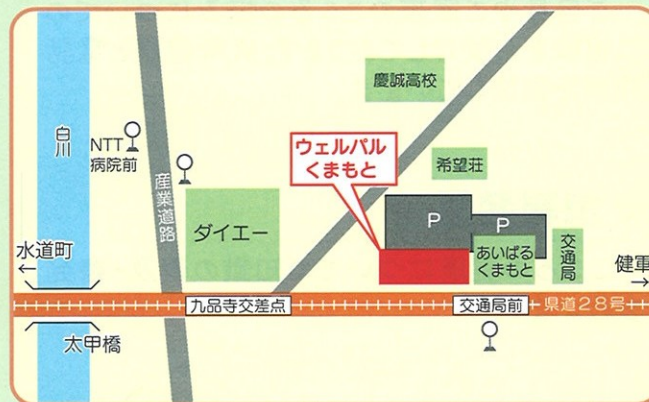
まずはお電話ください。予約制です。

電話
相談

月曜日～金曜日 9:00～16:00
(休祭日及び年末年始を除く)

TEL 096(362)8100

交通アクセス



- バス: 交通局前下車、徒歩1分
- 市電: 交通局前下車、徒歩1分

〒862-0971

熊本市中央区大江5丁目1-1

ウエルパルクまもと3階

(熊本市総合保健福祉センター)

相談 096(362)8100

業務 096(366)1171

FAX 096(366)1173

熊本市

こころの健康センター



〒862-0971

熊本市中央区大江5丁目1-1

ウエルパルクまもと3階

(熊本市総合保健福祉センター)

相談 096(362)8100

業務 096(366)1171

FAX 096(366)1173

熊本市こころの健康センターの役割

熊本市こころの健康センターは、「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」に基づく精神保健福祉分野の専門機関として平成24年4月1日に開設しました。

市民のこころの健康についての相談や知識の普及、精神障がい者の社会復帰の促進などを行います。

精神医療審査会

精神医療審査会は、精神科病院に入院中の方の人権を擁護する機関です。

精神科病院に入院中の方やその保護者などから退院や処遇改善の請求があった時に、入院の必要性や処遇が適切かどうかについて審査を行います。

熊本市の精神科病院に入院中の方の退院や処遇改善の請求は下記の電話で受け付けています。（措置入院の一部の方を除く。）

熊本市精神医療審査会事務局

月曜日～金曜日

（休祭日及び年末年始を除く）

8:30～17:15

電話番号 096(366)1222

熊本市こころの健康センターは次のようなことをしています

● こころの健康相談

ご自身やご家族のこころの悩みについてのご相談をお受けしております。来所相談と電話相談を実施しています。

● 情報発信

こころの健康についての知識の普及・啓発を行います。

● 自助グループ等のお手伝い

精神保健福祉関係団体、当事者、家族会等の組織育成・活動の援助を行います。

● 関係機関へのアドバイス

精神保健福祉関係機関への技術支援・援助を行います。

● 関係者への研修

精神保健福祉業務に携わっている職員の技術向上のために、専門的研修を行います。

● 調査研究

精神保健福祉に関する諸問題の調査研究や情報の収集を行います。

家族教室、ショート・ケア等の ●●●ご案内●●●

依存症家族教室

依存症（アルコール・薬物・ギャンブル等）に伴う諸問題（暴力・借金等）への対応に疲れきっていませんか？家族が変われば本人が気づき、治療へも結びつきます。家族のための学習の場であり、傷ついた家族同士の共感と癒しの場です。

第1・3火曜日 18:30-20:30 無料

ひきこもり家族の集い

ひきこもりについて悩みを抱えている家族の方々と共に、日頃の悩みの分かち合いや学習会・情報交換を通して本人との関わり方や支援の方法等について話し合います。

第2水曜日 13:30-15:30 無料

自死遺族グループミーティング

大切な方を自死（自殺）で亡くされた方々が安心して悩みや苦しみを話せる場所です。

偶数月第3木曜日 14:00-16:00 無料

就労準備ショート・ケア

平成24年10月より実施予定

統合失調症で通院中の方の一般就労を（パートを含む）を目指した働くためのリハビリテーションです。

毎週火・木曜日 9:00-12:00 有料