

思春期・若者 こころの相談

- 「学校に行けなくなり、家族とも口をきかずに自分の部屋にこもってばかりになった」
- 「太ることを気にかけて食事を極端に控えたり、食べた物を吐いたりしている」
- 「表情が暗く、非現実的なことを言う」
- 「周囲とコミュニケーションがうまくとれず、孤立して辛そうにしている」
- 「頭痛や吐き気、めまいなどを訴えて日常の暮らしに支障がでているが、病院に行って検査しても特に悪いところはないと言われる」
- 「リストカットや髪を引き抜くなど自分を傷つけてしてしまう」など

思春期・青年期は成長に伴って身体と心のバランスが崩れて様々な不調が起きやすい時期です。こころの不調が体の症状になって現れたり、うまく表現できない苦しさから暴力的になったり自分を傷つけたりすることもあります。

保健所では、こころの不調を感じておられる小学生からおおむね 20 代までの方・そのご家族・学校の先生など関係者の方のご相談を精神科医がお聞きする「思春期・若者こころの相談」を行っています。

**心配だけれど病院に受診した方が良くかわからないとき、
ご相談ください。**



日程

令和6年4月23日(火)	5月28日(火)	6月25日(火)
7月23日(火)	8月27日(火)	9月24日(火)
10月22日(火)	11月26日(火)	12月24日(火)
令和7年1月28日(火)	2月25日(火)	3月25日(火)

時間はいずれも15時30分～17時30分

相談は右図の尼崎市保健所で行います。
まず下記に予約のお電話をください。
事前に保健所職員がお話をお伺いします。



場所：尼崎市保健所

お問い合わせ： 疾病対策課

電話 (06) 4869-3053

FAX (06) 4869-3049

