

3 精神保健福祉センター

精神保健福祉センターは、精神保健の向上と精神障がい者福祉の増進を図るための県の機関です。

心の健康や精神障がい者福祉に関する知識の普及、専門職向けの人材育成研修、調査研究、相談窓口の開設など精神保健の中核機関として活動を行っています。

名称	宮崎県精神保健福祉センター	
連絡先	〒880-0032 宮崎県宮崎市霧島1丁目1番地2 TEL：0985-27-5663 FAX：0985-27-5276 HP：http://www.seihocenter-miyazaki.com/	
相談事業	○精神科医による診療相談（予約制・無料） ご本人やご家族の悩みに専門の精神科医が個別に相談に応じます。	
	相談	主な内容 日程
	一般診療相談	精神的な病気、心の健康 毎月第1・3水曜日
	ストレス専門診療相談	ストレスやうつ病等 毎月第1・3木曜日 毎月第2・4月曜日
	薬物関連（依存症）診療相談	アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症 毎月第1・3月曜日
	思春期精神保健診療相談	思春期の精神的な不調等 毎月1～2回(不定期)
※日程・時間は、医師の都合により変更となることがあります。		
○専門スタッフによる相談 うつ病や統合失調症などの精神疾患、アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症、思春期の心の健康など、精神保健福祉全般にかかるご相談を専門の職員がお受けします。面接相談を希望される方は、できるだけ事前にお電話ください。		
○専任の電話相談員による「こころの電話」 様々な悩みの相談を幅広くお受けする、相談専用電話です。 今のつらい気持ちをただ聴いてもらいたいという方もお気軽にご相談ください。 相談専用電話：0985-32-5566 相談受付時間：月曜日から金曜日（祝日、年末年始を除く） 午前9時から午後7時まで		
○メール相談（若年者向け） こころの健康普及啓発特設サイト「宮崎こころの保健室」内にあるメール相談窓口で、思春期のこころの悩みなどに専門の職員が対応します。なお、回答には10日程度かかることがあります。 HP：http://miyakoro.com/		
家族教室等	○家族教室 依存症家族教室、発達障害家族教室、摂食障害家族教室を実施しております。疾患や障害に対する正しい知識を得て、家族としての適切な対処方法を学んだり、家族同士が相互に支え合ったりする場を提供いたします。日程等については、お問い合わせください。 ○家族のつどい 薬物依存症家族のつどい、ギャンブル依存症者の家族のつどいを実施しております。依存症という病気の正しい知識を得ながら、悩みや苦しみを分かち合い、まずは家族自身の回復を目指したグループミーティングです。日程等については、お問い合わせください。	
その他	○相談窓口情報検索サイト『みやざきこころ青Tねっと』 さまざまな悩みや心配事、こころの病気などを抱えている方のために、相談窓口や生きがいづくりの場などを案内する宮崎県民向け情報サイトです。 HP：http://www.m-aot.net（サイトの設置者：宮崎県精神保健福祉センター・宮崎県精神保健福祉連絡協議会） ○10代の若者向けこころの健康応援特設サイト『宮崎こころの保健室』 10代によく見られるこころの不調に関する情報をはじめ、自らのストレス対処法や自身の行動・考え方の癖を知るチェックリストのほか、夜間等でも相談が書き込めるメール相談窓口を設けています。 HP：http://miyakoro.com/	