

令和8年度

こころの健康相談

「こころ」や「気持ち」は目に見えるものではありません。
いつもと違うこころの変化に気づいた時はぜひご相談ください。
秘密は守られますので、安心してご利用ください。

精神保健福祉士による相談（予約制）

日 程	令和8年	4月22日（水）	5月27日（水）	6月24日（水）
		7月22日（水）	8月26日（水）	9月30日（水）
		10月28日（水）	11月25日（水）	12月23日（水）
	令和9年	1月27日（水）	2月24日（水）	3月24日（水）
場 所	しゃきっとプラザ 2階			
時 間	9:30～16:00			
相談担当者	北見赤十字病院 精神保健福祉士			
申し込み	・ 下記申し込み先へご連絡ください。 ・ 相談の予約は、相談日の前の週（金曜日）までをお願いします。 ・ 家族からの相談もお受けできます。			

保健師による相談

日 程	月～金曜日（年末年始、土日祝日は除く）
受付時間	9:00～17:30

<申し込み・お問合せ>

美幌町役場 保健福祉課 健康推進グループ（役場庁舎1階 6番窓口）
TEL：（0152）77-6544 ・ 77-6545

困ったときの相談窓口

<死にたい気持ちについて>

窓 口	電話番号	受付時間
北海道いのちの電話	011-231-4343	24時間対応
旭川いのちの電話	0166-23-4343	毎日 9:00~15:30 木曜 9:00~月曜 15:30 までは連続受付
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎日 16:00~21:00 毎月 10 日は 8:00~翌日 8:00

<こころの健康について>

北見保健所こころの健康相談	0157-24-4137	9:00~17:30(月~金)
ほっかいどうこころの相談 (道立精神保健福祉センター)	0570-064-556	9:00~21:00(月~金) 10:00~16:00(土日祝)
こころの健康相談(美幌町)	0152-77-6545	9:00~17:30(月~金)

<こころの病院>

北見赤十字病院 神経精神科	0157-24-3115	新患電話受付 13:00~17:05(月~金)
道立向陽ヶ丘病院	0152-43-4138	新患電話受付 13:30~17:00(月~金)
端野病院	0157-56-3151	9:00~12:00、14:00~16:00(月~金) 9:00~12:00(土)※第2, 3, 5土曜は休診 ※土曜の診療は再診のみ
玉越病院	0157-24-3323	新患電話受付 9:00~12:00、 13:30~16:00(月~木)

<ひきこもりについて>

北海道ひきこもり成年相談センター	011-863-8733	9:30~12:00、13:00~16:00(月~金)
美幌町地域包括支援センター	0152-75-3220	8:45~17:15 (月~金)

<仕事について>

ハローワーク美幌	0152-73-3555	8:30~17:15 (月~金)
北見総合労働相談(北見労働基準監督署)	0157-88-3982	9:00~16:30 (月~金)

<借金・多重債務について>

法テラス(日本司法支援センター)	0570-078374	9:00~21:00 (月~金) 9:00~17:00 (土)
多重債務相談窓口(北海道財務局)	011-807-5144	9:00~12:00、13:00~17:00(月~金)

<消費生活について>

美幌町消費生活相談窓口	0152-72-0366	10:00~12:00、 13:00~16:00 (月~金)
-------------	--------------	-----------------------------------

<生活保護について>

美幌町役場 民生障がい福祉グループ	0152-77-6540	9:00~17:30 (月~金)
-------------------	--------------	------------------

<心配ごと相談>

家庭生活相談 (北海道家庭生活総合カウンセリングセンター)	011-261-0811	10:00~12:00、 13:00~16:00 (月~土)
美幌町社会福祉協議会	0152-72-1165	8:45~17:30 (月~金)
美幌町役場 広報相談グループ (人権擁護委員による悩み心配ごと相談)	0152-77-6538	第2水曜日 13:00~15:00 ※予約制

<介護・障害福祉サービスについて>

美幌町地域包括支援センター	0152-75-3220	8:45~17:15 (月~金)
---------------	--------------	------------------

<配偶者やパートナーからの暴力について>

北海道立女性相談支援センター	011-666-9955	9:00~17:00 (月~金)
----------------	--------------	------------------