

# ひとりで悩まずに お電話下さい。

嘉穂・鞍手  
地域の  
相談窓口の

うつ病には、気分の落ち込みなど精神的な症状のほか、  
次のような身体的症状も見られます。

- ・眠れない
- ・食欲がない、食事がおいしくない
- ・疲れやすい、体がきつい
- ・頭痛、肩こり、めまい

うつ病や心の健康に関する悩み、ひきこもりなど青少年の心の悩み、アルコール・薬物などの依存症のご相談は……

嘉穂・鞍手保健所（管轄は、飯塚市・嘉麻市・桂川町・直方市・宮若市・小竹町・鞍手町）

■嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所 健康増進課 精神保健係

☎0948-21-4875

○電話相談、保健師による面接相談 月～金 8:30～17:15（祝日・年末年始は休み）

○精神科医師による面接相談（要予約）

本庁舎（嘉穂） 飯塚総合庁舎		分庁舎（鞍手） 直方総合庁舎	
第1金曜日	13:30～	第1火曜日	13:00～
第2週目	なし	第2水曜日	13:00～
第3木曜日	15:00～	第3火曜日	13:00～
第4木曜日	13:30～	第4火曜日	13:00～
第5木曜日	13:30～	第5火曜日	13:00～

【要予約】

心の健康に関する身近な場所での相談は……

## 飯塚市

■飯塚市保健センター  
飯塚市 穂波庁舎内

月～金8:30～17:00(祝日・年末年始は休み)

☎0948-24-4002

## 嘉麻市

■嘉麻市 健康課  
嘉麻市 山田総合庁舎内

月～金8:30～17:00(祝日・年末年始は休み)

☎0948-53-1104

■嘉麻市 こころの電話相談  
嘉麻市民のための相談電話です  
毎週水曜日(祝日は休み)  
17:30～20:30

☎0948-53-1128

## 直方市

■直方市 健康福祉課  
直方市役所内

月～金8:30～17:00(祝日・年末年始は休み)

☎0949-25-2134

## 宮若市

■宮若市 健康増進課  
宮若市保健センター パレット内

月～金8:30～17:15(祝日・年末年始は休み)

☎0949-55-6000

## 桂川町

■桂川町 健康福祉課  
桂川町総合福祉センター ひまわりの里内  
月～金8:30～17:15(祝日・年末年始は休み)

☎0948-65-0001

## 鞍手町

■鞍手町 福祉人権課  
鞍手町役場内

月～金8:30～17:15(祝日・年末年始は休み)

☎0949-42-2111

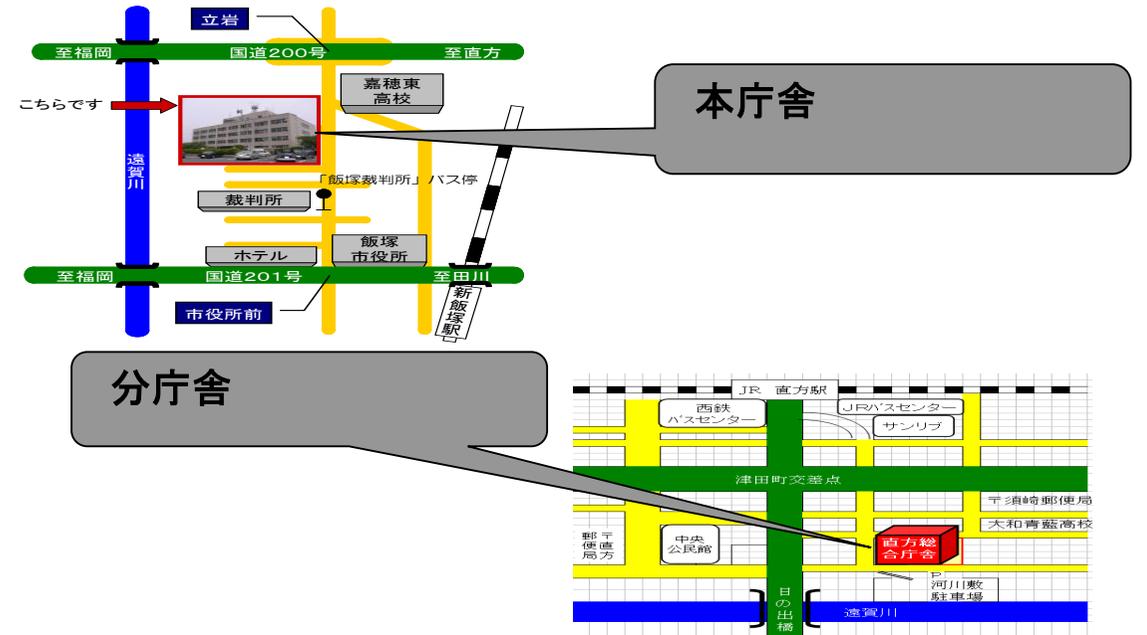
## 小竹町

■小竹町 福祉課  
小竹町役場内  
月～金8:30～17:15(祝日・年末年始は休み)

☎09496-2-1219

・相談は無料で  
す ・秘密は守り

作成:福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所(嘉穂・鞍手保健所) TEL0948-21-4875 内容は平成23年4月現在



労働上の問題(解雇、労働条件、いじめ、セクハラ等)でお困りの方は……

■福岡県筑豊労働者支援事務所

☎0948-22-1149

月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始は休み)

夜間電話相談 水(祝日の場合は翌日) 17:15～20:00

自殺予防 今の気持ちを誰かに話してみませんか……

■ふくおか自殺予防ホットライン

24時間年中無休

☎092-592-0783

■心の電話ー筑豊

月～金 18:00～21:00 (祝日・盆・年末年始は休み)

☎0948-29-2500

■北九州いのちの電話

24時間年中無休

☎093-671-4343

■福岡いのちの電話

24時間年中無休

☎092-741-4343

毎月10日 8:00～11日 8:00 の間は、フリーダイヤル(無料)でも受け付けます。 0120-738-556

多重債務でお困りの方は……

■福岡県消費生活センター

月～金9:00～16:30 (祝日・年末年始は休み)  
日 10:00～16:00 (年末年始は休み)

☎092-632-0999

■飯塚市消費生活センター

月～金8:30～17:00  
(祝日・年末年始は休み)

☎0948-22-0857

大切な人を自死で亡くされた方の集いの場は……

■リメンバー福岡自死遺族の集い

開催日:奇数月第4日曜日 13:00～16:00

会場:福岡市立婦人会館 (あいれふ内)

家族・友人・恋人など、近い人を自死で亡くされた方の集いです。参加費必要。

ホームページ <http://www.rememberfukuoka.com/>

月～金10:00～12:00 13:00～16:00

電話のお問い合わせは福岡市精神保健福祉センター内

☎092-737-8826