



市保健所 心理健康支援

①心理健康咨询

「晚上睡不着」「每天烦躁」「感到沮丧什么也不想做」等等，有烦恼和不安的人可以放心的利用。属于家属的事也行。绝对保守秘密。

精神科医生参加的定例咨询会

时 间：每月第一・第三星期四 14点~17点
(每人限定 40 分钟左右)

※需要事前通过电话申请。

保健师精神保健福祉士咨询

时 间：星期一~星期五(节假日除外)
8点30分~17点15分

※随时接受电话和来访咨询。

各专门家对有关各种烦恼的综合咨询会

有辩护律师和临床心理士等专门家，不光是针对心理烦恼，在工作上和待人处事上的问题，多重债务，离婚等问题也接受咨询。

每年，在3月和9月举办。详细请看广报纸或网页上的通知。

②举办研修会和讲演会

为了加深理解心理健康和精神障害，准备举办 GETOKIPA 养成研修会，和精神保健讲演会。

具体的活动情报，请看广报纸或网页上的通知。

※GETOKIPA 是指识别有烦恼的人，与他们接触，倾听他们的诉说，有必要时帮助他们，关心他们的人。

③支援自主小组活动

大力协助福井健康福祉中心，支援有关精神保健福祉的自主小组活动。



☑ 检查一下您的心理健康度

根据 2018 年国民生活基础调查，大约 2 个人中有 1 个人会在日常生活中感到烦恼和压力。

用网页中的心理健康自己评价票来检查一下您的心理健康度吧。通过自己评价的结果，如果有对您的心理健康感到不安的人，可以来市保健所利用咨询服务。

福井市保健所心理健康 检索



网页

募集下面 3 个小组的随时会员。有志愿参加的人请来咨询吧。

小组	ASUWA 会 (福井地区精神保健福祉 家族会)	BANBI 会 (饮食失调者家族会)	KUREYON (精神保健福祉志愿者)
内容	精神障害者の家属互相交流の场所。精神障害者本人也参加。	饮食失调者の家属互相交流の场所。也举办饮食失调者本人同士の交流会。	为了正确理解有心理疾病的人,作为志愿者的活动,大家共同努力创造出一个没有偏见和差别的社会。
活动	每月一次的定例会(第 2 个星期天, 13 点 30 分~), 研修会, 设施的参观, 交流会等等	每月一次的定例会(第 3 个星期三, 13 点 30 分~16 点), 交流会等等	在医院·设施的志愿者活动, 沙龙, 学习会等等
咨询	ASUWA 会咨询室 ☎53-9303	市保健所保健支援室 ☎33-5185 FAX33-5473	KUREYON 代表 ☎ FAX 35-3424

咨询・网页 市保健所 保健支援室 (西木田 2 丁目) ☎33-5185 FAX 33-5473

活 动

三里浜沙丘地收获节&橄榄收获庆典活动

为庆祝三里浜沙丘地新鲜蔬菜和经重要栽培成为新的地区名牌产品橄榄的丰收, 举行在农地中的一日庆典活动。

日 期 10 月 20 日(星期日) 10:00~14:00 (下雨天中止)

地 点 三里浜沙丘地(白方町)

内 容

- ・由生产者举办的沙丘地产蔬菜的销售会(小芜菁、越之玛瑙迷你番茄等)
- ・萝卜、山药、红薯的蔬菜收获体验(有收费)
- ・体验种植橄榄树
- ・用橄榄油制作蜡烛灯
- ・抚摸山羊
- ・橄榄树种植地参观

※园艺中心附近停车场比较少, 从园艺中心到庆典会场有专用巴士接送。
详细请阅览网页。

咨询・网页 农政企画科 ☎20-5420 FAX 20-5740

一乘谷 ASAKURA 水之站 收获感谢祭

时 间 11月3日（星期日节假日）10:00 至 15:00（雨天照旧举行）

地 点 一乘谷 ASAKURA 水之站（安波贺中岛町）

内 容 ・冷荞麦面等各种临时店

・免费赠送树苗（从 10:00 开始向先到的 100 位）

・免费赠送饭团

※从 11:00 开始向先到的 100 位来客发领取卷。

・移动图书馆和快乐手工制作

・抚摸和小兔子，豚鼠

◆品尝烧稻壳烤红薯

时 间 11:30～ 12:30～ 13:30～ （雨天强风时中止）

定 员 各 20 人（抽签）

申 请 当天，每次至 30 分前为止在会场接受报名

◆与家人一起体验手制荞麦面

时 间 10:00～ 11:30～ 13:00～

定 员 各 5 组（按照先后顺序）

参加费 1 组 1500 日元

申 请 10 月 12 日（星期六）起接受电话报名

◎共同

咨 询・报名地点 一乘谷 ASAKURA 水之站

电 话・FAX 41-2777

