

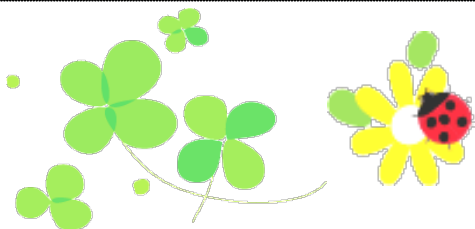
高松市保健センターでは このようなことをしています



<こころの健康相談>

ご本人や家族からのこころの病気・アルコール問題・ひきこもりなど、こころの健康に関する相談に応じています。まずは、お電話でご連絡ください。

相談日時：平日 9:00~17:00



【相談・行事についてのお問い合わせ】

高松市保健所 保健センター
精神保健係

〒760-0074

高松市桜町一丁目9番12号

電話 087-839-3801

FAX 087-839-2367

<普及啓発活動>

●こころの健康セミナー

睡眠障害（9月）、大人の発達障害（10月）、統合失調症（11月）、適応障害（12月）について病気の理解や対応を学び、こころの健康について一緒に考えるセミナーです。

●アルコールセミナー（11月 2回コース）

不適切な飲酒によるアルコール健康障害を予防するために、アルコールが及ぼす影響等について学ぶセミナーです。

●こころの健康地域・職域啓発事業

自殺予防の一環として、こころの健康づくり、休養・睡眠、飲酒についての正しい知識と、ストレス対処法やゲートキーパー等について学び、実践してもらうための講座を地域や職域で実施します。

<家族教室>

◆統合失調症家族教室

（6月～翌年2月の偶数月 月1回）

統合失調症患者を支える家族が、お互いの悩みを話し合い、病気を正しく理解するための教室です。



◆うつ病家族教室

（9月～12月 月1回）

うつ病患者を支える家族が病気の正しい知識や家族の接し方を学び、語り合うための教室です。

◆アルコール問題を考える家族のつどい

（毎月第3水曜日 8月休み）

アルコール問題を抱えた家族が、共に語り合い、アルコール依存症に対する理解を深め、お互いに支えあい、酒害者の回復を支援するためのつどいです。

<精神障害者の社会復帰のための支援>

★当事者のための

生活スキルアップセミナー（毎月1回）

セミナーを開催し、当事者同士が共に集い、社会生活の知識や技術を学びます。

★テイクア（毎週火曜日）

在宅の精神障害者に集いの場を提供し、創作活動やレクリエーション等の生活体験を積み重ね、仲間づくりや協調性を養うことで生活の自立をめざします。

★訪問・相談による支援

日常生活の過ごし方や社会復帰についての相談に応じています。