



令和8年度

予約制・無料

こころの健康づくりのご案内



対象：金沢市にお住まいの方

精神科・心療内科に通院中の方は、主治医にご相談ください

申込み：住所地を管轄する福祉健康センターへ前日までに予約してください(裏面参照)

精神科医によるこころの健康相談

ストレス、不安、不眠、ゆううつ、認知症、依存症などに関する相談

保健師によるひきこもり相談

本人または家族の個別相談
(概ね18~64歳)



※ホームページからネット予約可能

心理士によるこころの健康相談

抱えている悩みを整理するお手伝いなど
※医療的なカウンセリングではありません
日程が変更になる場合があります



保健師による健康相談は、

随時行っています

駅西福祉健康センター TEL 234-5103 FAX 234-5104

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
精神科医 (木) 15:00~17:00	16	21	18	16	20	17	22	19	17	21	18	18
心理士 (金) 9:00~11:00	17	15	19	17	21	18	16	20	18	15	19	12
ひきこもり (木) 13:30~15:30	2	7	4	2	6	3	1	5	3	7	4	4
	16	21	18	16	20	17	15	19	17	21	18	18

泉野福祉健康センター TEL 242-1131 FAX 242-8037

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
精神科医 (火) 13:30~15:30	28	26	23	28	25	29	27	24	22	26	16	23
心理士 (金) 9:00~11:00	10	8	5	3	7	4	2	6	4	8	5	5
ひきこもり (火) 13:30~15:30	14	12	9	14	4	8	13	10	8	12	9	9
	28	26	23	28	25	29	27	24	22	26	16	23

元町福祉健康センター TEL 251-0200 FAX 251-5704

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
精神科医 (木) 13:30~15:30	16	21	18	16	20	17	15	19	17	21	18	18
心理士 (金) 9:00~11:00	24	22	26	24	28	25	23	27	25	22	26	26
ひきこもり (火) 13:30~15:30	14	12	9	14	4	8	13	10	8	12	9	9
ひきこもり (水) 9:00~11:00	22	27	24	22	26	30	28	25	23	27	24	24

福祉健康センター管轄



駅西福祉健康センター

金沢市西念3-4-25

担当校区（小学校区）

浅野川、粟崎、大浦、
大野町、金石町、木曳野
鞍月、新神田、大徳
戸板、長田町、西、緑
諸江町、安原、米丸



泉野福祉健康センター

金沢市泉が丘1-2-22

担当校区（小学校区）

泉、泉野、内川、扇台、押野
小立野、犀桜、四十万、十一屋
西南部、富樫、長坂台、中村町
額、伏見台、南小立野、三和
三馬、米泉



元町福祉健康センター

金沢市元町1-12-12

担当校区（小学校区）

朝霧台、浅野町、医王山
兼六、小坂、犀川、田上
千坂、中央、花園、不動寺
明成、杜の里、森本、
森山町、夕日寺、湯涌

心のサポーター養成研修

メンタルヘルスの正しい知識や、心の不調に悩む身近な人に対するサポート方法を学びます。受講者には認定証が交付されます。詳しくはホームページをご覧ください。

ゲートキーパー研修

ゲートキーパーに関する研修会を地域に出向き、開催します

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に
気づき、声をかけ話を聞いて、
必要な支援につなげ、見守る人のことです

[金沢市ホームページ](#)

こころの健康に関する
情報を掲載しています

金沢市 こころの健康



[かなざわこころのポータルサイト](#)

よりそうなかま
生きづらさを抱えるみなさんへ

よりそうなかま

