

# \* 令和6年度日程表 \*

対象：区民(本人・家族・友人)

無料・予約制の専門医による相談

R6.4.15 現在

●日程が変更になる場合がありますので、必ず各保健センター(裏面参照)にご確認ください。

## うつ専門相談

不眠・食欲不振、考えがまとまらない、やる気がおきないなどのうつ症状に関する専門相談です。

牛込保健センター 午後 2:15~4:30	四谷保健センター 午後 2:00~4:15	東新宿保健センター 午後 1:45~4:00	落合保健センター 午後 2:00~4:15
6月25日(火)	5月8日(水)	5月20日(月)	7月22日(月)
11月26日(火)	9月4日(水)	9月2日(月)	10月31日(木)
2月25日(火)	12月4日(水)	1月20日(月)	3月6日(木)

## 依存症専門相談

アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症に関する専門相談です。

依存症かどうかわからない、本人への適切な対応等についても相談できます。


牛込保健センター (午前 9:15~11:30)	四谷保健センター (午後 2:00~4:15)	東新宿保健センター (午前 9:15~11:30)	落合保健センター (午前 9:15~11:30)
8月5日(月)	1月6日(月)	5月13日(月)	12月2日(月)

## 精神保健相談

何となく落ち着かない、気持ちが落ち込む、眠れないなどでお悩みについての相談です。他の疾患との鑑別についても相談できます。

	牛込保健センター 午後 2:15~4:30		四谷保健センター 午後 2:00~4:15	東新宿保健センター 午後 1:45~4:00 ★午前 9:15~11:30		落合保健センター 午後 2:00~4:15 ★午前 9:15~11:30	
4月	9日(火)	23日(火)	15日(月)	2日(火)	24日(水)	11日(木)	
5月	14日(火)	28日(火)	24日(金)			21日(火)	
6月	11日(火)		24日(月)	★3日(月)	17日(月)	6日(木)	10日(月)
7月	9日(火)	23日(火)	19日(金)	17日(水)	29日(月)	1日(月)	
8月	27日(火)		16日(金)	19日(月)		★29日(木)	
9月	10日(火)	24日(火)	30日(月)	24日(火)		12日(木)	
10月	8日(火)	22日(火)	28日(月)	15日(火)		★7日(月)	
11月	12日(火)		18日(月)	6日(水)	★18日(月)	7日(木)	14日(木)
12月	10日(火)	24日(火)	18日(水)	16日(月)			
1月	28日(火)		27日(月)	8日(水)		21日(火)	30日(木)
2月			21日(金)	★3日(月)		★20日(木)	
3月	11日(火)		17日(月)	3日(月)	28日(金)		

# 問い合わせ・連絡先



**牛込保健センター**  
(矢来町6番地)

☎ 03-3260-6231

～アクセス～

大江戸線	牛込神楽坂駅	徒歩6分
東西線	神楽坂駅	徒歩7分
都バス	橋63・飯62	
	牛込北町下車	徒歩5分
	山伏町下車	徒歩5分



**四谷保健センター**  
(四谷三栄町10-16)

☎ 03-3351-5161

～アクセス～

丸ノ内線	四谷三丁目駅(出口4)	徒歩5分
新宿線	曙橋駅(A4出口)	徒歩10分
JR・丸ノ内線・南北線	四ツ谷駅(出口2)	徒歩10分




**東新宿保健センター**  
(新宿7-26-4)

☎ 03-3200-1026

～アクセス～

副都心線・大江戸線	東新宿駅(A2出口)	徒歩3分
都営バス	東新宿駅前バス停	徒歩3分



**落合保健センター**  
(下落合4-6-7)

☎ 03-3952-7161

～アクセス～

西武新宿線	下落合駅	徒歩5分
関東バス	聖母病院下車	徒歩2分