

ふくしま心のケアセンター

福島県精神保健福祉協会

ふくしま心のケアセンターは、2012年11月19日より電話相談専用ダイヤルを開設いたしました。東日本大震災や津波、原発事故による被災とその後のストレスにより、悩みを抱えている方々やその支援をされている方々からのご相談をお受けしております。

被災者相談ダイヤル

“ふくココライン”

024-531-6522

平日 9:00~12:00、13:00~17:00

専門の相談員がお受けいたします

こんなこと、気になっていませんか？

- * 最近、なんだか眠りが浅い…。夜中に目が覚めることも増えた気がする。
- * 以前と比べると、食欲が落ちたかもしれない。体重が増えたり減ったりする…。
- * ちょっとした音にも驚いてドキドキしたり、不安になったりする…。
- * 災害時に体験したことやその時のことがよみがえって、辛くなることもある…。

ひとりで抱えていませんか？



災害のあと、これまでに感じたことのない気持ちの変化や、不調が起きることがあります。それらは多くの人を経験するもので、決して特別なものではありません。人間には、つらい状況から回復していく力が備わっています。ただ、大きすぎるストレスを抱えたときに、その力がうまく発揮できなくなることがあります。そんなとき、たとえば誰かに話を聞いてもらうこと、睡眠時間を十分にとることなども効果的です。

ふくしま心のケアセンターについて



ふくしま心のケアセンターは、東日本大震災による被災者と、支援者のための支援をおこないます。看護師、作業療法士、社会福祉士、精神保健福祉士、保健師、臨床心理士などの専門の職員が、関係機関との連携のもと、お一人おひとりの状況に合わせてご相談に応じます。その他にも人材育成や普及啓発活動などをおこない、総合的な心のケア対策を図るためのさまざまな活動をします。

ふくしま心のケアセンター

連絡先一覧

基幹センター	〒960-8012 福島市御山町8-30 (県保健衛生合同庁舎5階) Tel 024-535-8639 Fax 024-534-9917
県北方部センター	〒960-8012 福島市御山町8-30 (県保健衛生合同庁舎2階) Tel 024-533-4161
県中方部センター	〒963-8024 郡山市朝日1丁目14-3 アライビル2階 Tel 024-983-0274 Fax 024-983-0276
県南方部センター	〒961-0074 白河市郭内127 (県南保健福祉事務所内) Tel 0248-27-3625 Fax 0248-27-3626
会津方部センター	〒965-0873 会津若松市追手町7-40(会津保健福祉事務所内) Tel 080-2814-1923
相馬方部センター	〒979-0016 福島県相馬市沖ノ内1丁目2-8 2階 Tel 0244-26-9753 Fax 0244-26-9739
いわき方部センター	〒970-8026 いわき市平童子町4-13 ザ・ステージ1階 Tel 0246-38-7461 Fax 0246-38-7463