

思春期・青年期相談

思春期・青年期の方、またはご家族・関係者の方
このようなことでお悩みではありませんか？

ネットやゲームばかりして昼夜逆転
学校や友達のことでお悩んでいる
場に応じた言動がとれない

学校に行けず不登校になった
人間関係が苦手
・・・などなど



都立(総合)精神保健福祉センターの取組

思春期・青年期相談

- 思春期・青年期の問題でお困りの方、ご本人やご家族、または学校等関係機関の方からのご相談をお受けします。
- 相談は電話相談と面接相談があります。
- 面接相談は予約制ですので、お申込みは「こころの電話相談」にお電話ください。



思春期・青年期家族講座

- ご家族が思春期・青年期に対する理解を深め、本人との関係の取り方や問題への対応方法について学び、考えるための講座です。
- 不登校、ひきこもり、家庭内暴力等をテーマとしたプログラムです。
- お申込みは「こころの電話相談」にお電話ください。



相談機関名

電話番号

電話以外の 問い合わせ

中部総合精神保健福祉センター

こころの電話相談

月曜日から金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前9時から午後5時まで

03-3302-7711

多摩総合精神保健福祉センター

こころの電話相談

月曜日から金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前9時から午後5時まで

042-371-5560

精神保健福祉センター

こころの電話相談

月曜日から金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前9時から午後5時まで

03-3844-2212

面接相談は
必要に応じて実施
(予約制)

