

Q20. 様々な困難に直面してやる気が出ず、うつ病かもしれません。相談できるところはありますか。

○ [精神保健福祉センター](#)

一定期間以上やる気が出ない、気分の落ち込みが続くといった場合には、うつ病等の精神的な病気の可能性があります。自分だけでは分かりにくいことがあり、また、一人で抱え込まないことも肝心ですので、お近くの精神保健福祉センターに御相談ください。

(受付時間)

地域によって異なりますので[こちら](#)から御確認ください。

(相談方法)

電話