

精神的な病、障害のある方へ

2024 年度
相談機関の紹介

目次

1 福祉サービスの利用などの生活相談

(1) 障害者相談支援事業	4
(2) さくらピア相談事業（ピアサポート）	4
(3) 障害者・障害児の相談	5
(4) 日常生活自立支援事業	6
(5) 成年後見制度	7

2 こころの健康や病気・病院受診などの相談

(1) 保健師等、公認心理師による相談	8
(2) 精神科医師の相談	8
(3) 愛知県精神保健福祉センター	9
(4) 愛知県精神科救急情報センター	9

3 住居についての相談

(1) 公営住宅	10
(2) 共同生活援助（グループホーム）	10
(3) アパート・借家（障害者居住サポート事業）	11

4 仕事についての相談

(1) 職業相談	12
(2) 就労支援制度	12
(3) 職業訓練	13
(4) 就労移行支援・就労継続支援	13
(5) 地域活動支援センター（地域生活支援事業）	14

5 精神科医療機関についての相談

(1) 精神科医療機関の種類と役割	15
(2) デイケア、ナイトケア、デイナイトケア	15
(3) ソーシャルワーカーに相談できること	15

6 仲間との交流についての相談

(1) 地域活動支援センター（地域生活支援事業）	18
(2) スポーツ・文化教室	18
(3) 自助グループ	19

7 同じ悩みを持つ家族との交流会についての相談

8 「ひきこもり」についての相談

(1)	「ひきこもり」とは	21
(2)	行政の相談窓口	21
(3)	ひきこもりを抱える方の家族のつどい	22
(4)	愛知県精神保健福祉センターの相談窓口	22
(5)	家族会・親の会など	22
(6)	NPO 団体等による青年の居場所や相談窓口	23
(7)	就労相談	23

9 発達障害についての相談

(1)	相談機関	25
(2)	支援制度	25
(3)	発達障害者・児をサポートする NPO 団体など	26
(4)	発達障害について、もっとよく知るためのホームページ	26

10 高次脳機能障害についての相談

(1)	支援制度	27
(2)	相談機関	28
(3)	高次脳機能障害のある方をサポートする NPO 団体	28

11 認知症についての支援

(1)	認知症とは	29
(2)	相談機関	29
(3)	本人・介護者の交流会	30
(4)	豊橋おかえりネット（事前登録）	31
(5)	知って安心 認知症ガイドブック	31
(6)	支援制度	31

1 福祉サービスの利用などの生活相談

(1) 障害者相談支援事業

障害のある方や家族が地域で安心して快適な生活を送るために、日常生活や社会生活などの様々な相談に応じるほか、情報提供を行い、暮らしのお手伝いをします。

施設名 (住所)	連絡先	日時 (※1)
生活支援センター さざなみ (花田町字百北 193)	☎33-5606 FAX 33-7510 Mail: EZV11104@nifty.ne.jp	月～金曜日 8:30～17:30
あかね荘 障害者生活支援センター (弥生町字中原 77-1 タウンハウス弥生 B-1)	☎38-9090 FAX 38-9091 Mail: shien-c@sawarabi.or.jp	月～金曜日 8:30～17:30
相談支援センター こもれび (高師町字北原 1-107)	☎61-1172 FAX 61-3539 Mail: komorebi@tf-jigyokai.org	月～金曜日 8:30～17:30
発達・就労相談支援センター フラット FLAT (岩崎町字長尾 119-2)	☎69-1323 FAX 62-7235 Mail: info@iwasaki-net.or.jp	月～金曜日 8:30～17:30
たまも荘 障害者生活支援センター (野依町字山中 19-21)	☎47-1050 FAX 47-1023 Mail: tamamo-shien@sawarabi.or.jp	月～金曜日 8:30～17:30
相談支援事業所 アイリス (新栄町字東小向 45 番地 A-105)	☎22-8159 FAX 22-8159 Mail: iris1106one@gmail.com	月～金曜日 8:30～17:15
とよはし総合相談支援センター ほっとぴあ (前畑町 115) (※2)	☎56-4111 FAX 57-2595 Mail: info@toyohashi-ssc.main.jp	月曜日 8:30～17:00 火～土曜日 8:30～17:30

※1 緊急時は、この限りではありません

※2 相談支援事業を担い、困難事例への対応や関係機関との調整などを行います

(2) さくらピア相談事業 (ピアサポート)

障害のある方や家族を対象に、同じ障害を持つ方や家族がピアカウンセラーとして相談に応じます。

日時 火～土曜日 (休館日を除く) 10:00～17:00
希望に応じ出張相談を行います。

連絡先 さくらピア相談室 (東新町 15)
☎53-3153 (直通 53-3623) FAX 53-3200 Mail peer-fks@mx2.tees.ne.jp

(3) 障害者・障害児の相談

① 愛知県東三河児童・障害者相談センター

部門	内容	日時
障害者相談課	<ul style="list-style-type: none"> ●身体障害者、戦傷病者の補装具の処方及び適合判定をします。 ●知的障害者の医学的、心理学的及び職能判定と必要な相談支援 	月～金曜日 8:45～17:30 (祝日、年末年始は除く)
児童育成課 ※予約が必要です	<ul style="list-style-type: none"> ●障害児の心理学的判定と必要な療育相談 	

連絡先 障害者相談課 (八町通 5-4 愛知県東三河総合庁舎一階 ☎35-6150)
 児童育成課 (八町通 5-4 愛知県東三河総合庁舎一階 ☎54-6465)

② 豊橋市こども発達センター

子どもの成長を支援する療育システムの拠点として、障害児や、障害の疑いのある児童、家族をサポートします。

部門	内容	日時
相談部門	こども発達センター利用者の最初の窓口として、専門的な知識を持つ相談員が各種相談に応じます。	火～土曜日 8:30～17:15 (月・日曜日、祝・休日、 年末年始は休館)
医療部門	<ul style="list-style-type: none"> ●診療(小児科、児童精神科、整形外科、耳鼻いんこう科、歯科) ●必要に応じて心理検査・心理療法を実施します。 ●リハビリテーション(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が医師の指示のもと、各種リハビリテーションを行います) 	
通園部門	発達が心配な子どもさんに親子で通っていただき、発達支援や保護者への育児支援を行うクラスと運動機能の発達に遅れのある子どもさんに単独で通っていただき、療育を行うクラスがあります。	

連絡先 豊橋市こども発達センター (中野町字中原 100 ☎39-9200)

③ 障害児等療育支援事業

在宅の18歳未満の障害児等やその家族の地域における生活を支えるため、相談等総合的な支援を行います。

施設名(住所)	連絡先	日時(予約制。電話相談可)	対象
豊橋あゆみ学園 (高師町字北原 1-104)	☎63-5031 FAX 39-5778	月～金曜日 9:00～17:00	身体障害児、知的障害児、 重症心身障害児(者)と 家族
岩崎学園 (岩崎町字利兵 71)	☎61-2062 FAX 62-7235	月～金曜日 9:00～18:00	
豊橋市こども発達センター (中野町字中原 100)	☎39-9200 FAX 47-0911	火～土曜日 8:30～17:15	

(4) 日常生活自立支援事業

精神や知的に障害があり判断能力が十分でない方を対象に、福祉サービスの利用援助やそれに伴う日常的な金銭管理を行い、自立した地域生活が送れるよう支援します。

専門員が面接して支援計画を作り、契約書を取り交わします。

利用料は相談受付から支援計画作成までは無料です。ただし、実際にサービスを受ける際は 1 回 1,200 円必要です（書類など預かりサービスは 3,000 円／年または 250 円／月）。

支援	内容
福祉サービス利用	<ul style="list-style-type: none">●福祉サービス利用に関する相談・情報提供、利用料の支払い手続き●福祉サービスに関する苦情解決制度の利用手続き
日常的なお金の出し入れ	<ul style="list-style-type: none">●年金や福祉手当の受領に必要な手続き、病院への医療費支払いの手続き●税金や社会保険料、電気、ガス、水道などの公共料金の支払い手続き●生活費に必要な預貯金の出し入れ、預金の解約の手続き
日常生活に必要な事務手続き	<ul style="list-style-type: none">●住宅改造や居住家屋の賃貸に関する相談・情報提供●住民票の届出などに関する行政手続き、日常生活上の消費契約の手続き
大切な書類などのお預かり	<ul style="list-style-type: none">●銀行の貸金庫などで通帳や印鑑、証書などの書類のお預かり

相談先

成年後見支援センター（前畑町 115 ☎57-6800）

(5) 成年後見制度

認知症や知的・精神の障害などのため判断能力が十分でない方は、不動産や預貯金などの財産を管理したり、福祉サービスや施設入所をはじめとしたさまざまな契約を結んだりする必要があっても、自分自身でこれらのことをするのが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であってもよく判断ができずに契約を結んでしまうおそれもあります。このような判断能力の不十分な方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

相談窓口

豊橋市における成年後見制度の総合相談窓口として、総合福祉センター「あいつピア」内に「豊橋市成年後見支援センター」を開設し、次の業務を行っております。

- ①【相談】：本人、家族、関係機関からの相談をお受けします。
- ②【親族後見人への支援】：すでに後見人等になられている家族や親族への支援を行います。
- ③【普及・啓発】：講演会や研修会などを開催し、制度や権利擁護についての情報発信をします。
- ④【法人後見の受任】：必要に応じセンター運営主体である社会福祉法人豊橋市社会福祉協議会が後見人等となって支援を行います。

問合せ先

◎ 豊橋市成年後見支援センター

住所：前畑町 115 総合福祉センター「あいつピア」内

☎：57-6800 FAX：53-7778

相談時間：月曜日から金曜日の 8 時 30 分から 17 時 15 分（土日祝日・年末年始はお休みです。）

運営：社会福祉法人 豊橋市社会福祉協議会

2 こころの健康や病気・病院受診などの相談

(1) 保健師等、公認心理師による相談

こころの病気に関する悩み事や家庭での療養生活、社会復帰などについて、保健師等または公認心理師が相談に応じます。

事業名	日時	内容	連絡先
保健師等による相談	月～金曜日（祝日を除く） 8:30～17:15	こころの病気などで悩んでいる方や家族の相談に応じます。	保健所健康増進課 ☎39-9145
公認心理師によるこころの健康相談	第1・第3木曜日ほか 13:00～16:00（予約制）	様々な要因で気分が沈む、眠れない、死について考えるなど、こころの不調で悩んでいる方の相談に応じます。	

(2) 精神科医師の相談

こころの病気のある方や、疑いのある方の受診や治療、症状・障害、その付き合い方、対応の仕方について、精神科医師が相談に応じます。

事業名	日時	内容	連絡先
精神保健福祉相談	5・7・9・11・1・3月 (年6回) 13:30～15:30（予約制）	こころの病で悩んでいる方や家族を対象に、対応方法などの相談に応じます。	保健所健康増進課 ☎39-9145
思春期精神保健相談	① 5・6・7・8・9・11・1・3月（年8回） 13:30～15:30（予約制） ② 10・12・2月（年3回） 9:30～11:30（予約制）	思春期の方や家族を対象に、登校しぶりや摂食障害などの思春期に多くみられる、こころの問題についての相談に応じます。	

(3) 愛知県精神保健福祉センター

事業名	日時	内容	連絡先
あいちこころほっと ライン 365	毎日 9:00~20:30	こころの健康に関する相談に電話で応じます。	☎052-951-2881
精神保健福祉相談	月~金曜日(祝日を除く) 9:00~12:00、13:00~16:30	精神疾患などの相談に電話・面接で応じます。	☎052-962-5377 (面接は予約制)

(4) 愛知県精神科救急情報センター

緊急時に受診できる医療機関などを案内します。ただし、かかりつけの医療機関がある方は、まず主治医と連絡をお取りください。

相談先 愛知県精神科救急情報センター (☎052-681-9900) ※24 時間受付

3 住居についての相談

(1) 公営住宅

① 家賃減額

市内の公営住宅に入居しており、精神障害のある方がいる世帯は、家賃が減額される場合があります。

② 優遇入居

市内の公営住宅に入居希望の精神障害のある方がいる世帯は、入居者選考において一般世帯よりも優遇される場合があります。

【①②共通】

問合せ先

市営住宅／豊橋市営住宅管理センター（☎57-1006）

県営住宅／三河住宅管理事務所 東三河支所（☎53-5616）

(2) 共同生活援助（グループホーム） （障害者総合支援法による障害福祉サービス）

障害のある方に対して、主に夜間において、共同生活を営む住居で相談、入浴、排せつまたは食事の介護、その他の日常生活上の援助を行います。

このサービスでは、孤立の防止、生活への不安の軽減、共同生活による身体・精神状態の安定などが期待されます。

対象

64歳以下で、以下のいずれかに該当する方

- 精神障害者保健福祉手帳を所持している方
- 自立支援医療（精神通院）を受給している方
- 精神障害があることがわかる診断書をお持ちの方

利用者負担

原則、障害福祉サービスにかかる費用の1割（所得に応じ負担上限月額あり。食費、光熱水費等、自己負担あり）

申請方法

市役所障害福祉課（東館1階）へ申請

(3) アパート・借家（障害者居住サポート事業）

市では、アパートや借家などを探し始める時の「一人で不動産屋と交渉するのは不安」「希望する住まいの条件と合う物件がなく、条件を変更せざるを得ない」など、障害のある方の居住に関する相談を以下の事業所で受け付けています。

施設名	日時	連絡先
生活支援センター さざなみ (花田町字百北 193)	月～金曜日 8:30～17:30	☎33-5606
あかね荘 障害者生活支援センター (弥生町字中原 77-1 タウンハウス弥生 B-1)	月～金曜日 8:30～17:30	☎38-9090
相談支援センター こもれ ^び 陽 (高師町字北原 1-107)	月～金曜日 8:30～17:30	☎61-1172
発達・就労相談支援センター ^{フラット} FLAT (岩崎町字長尾 119-2)	月～金曜日 8:30～17:30	☎69-1323
たまも荘 障害者生活支援センター (野依町字山中 19-21)	月～金曜日 8:30～17:30	☎47-1050
相談支援事業所アイリス (新栄町字東小向 45 番地 A-105)	月～金曜日 8:30～17:15	☎22-8159

4 仕事についての相談

(1) 職業相談

施設名	内容	日時	連絡先
ハローワーク豊橋（豊橋公共職業安定所） （大国町 111 豊橋地方合同庁舎 1 階）	障害のある方の職業相談に応じるほか、職業紹介を行います。	月～金曜日 8:30～17:15	☎81-0376
愛知障害者職業センター 豊橋支所 （駅前大通 1-27 MUS 豊橋ビル 6 階）	就職や職場定着を希望する障害のある方に職業相談や職業評価を実施し、作業面、対人面などの特徴を把握・整理し、必要な情報提供などを行いながら、個別の支援プランを提案します。また、計画に基づき、ハローワークなどと連携し、具体的な支援を進めます。	月～金曜日 8:45～17:00	☎56-3861
豊橋障害者就業・生活支援センター （岩崎町字長尾 119-2）	就業や、これに伴う日常生活、社会生活上の支援が必要な障害のある方に、雇用・医療・保健・福祉・教育などの関係機関と連携を図り、職業生活における自立を図るための相談・支援を行います。	月～金曜日 9:00～18:00	☎69-1323
とよはし総合相談支援センター ほっとびあ （前畑町 115 あいトピア 2 階）	就職に向けた相談支援、実習先の開拓、社会適応能力の向上に向けた研修会の開催、障害者雇用の啓発活動を行います。	月曜日 8:30～17:00 火～土曜日 8:30～17:30	☎56-4111

(2) 就労支援制度

① トライアル雇用

短期間雇用し、その間に障害のある方・企業相互間の適性や能力を見極めるとともに、理解を深めることにより、常用雇用（本採用）への移行のきっかけ作りを図ります（原則 3 か月）。

連絡先 ハローワーク豊橋（豊橋公共職業安定所）（☎52-7193）

② ジョブコーチ支援事業

障害のある方の職場定着のために、ジョブコーチが職場を訪問し、実際の職務内容や人間関係を踏まえて、本人・事業主の双方に必要な支援を行います（支援期間や内容は、個別に調整）。

連絡先 愛知障害者職業センター豊橋支所（☎56-3861）

(3) 職業訓練

障害のある方の就労を容易にするため、必要な基礎知識と技能を習得する訓練を行います。訓練期間は1～2年ですが、訓練期間1～3か月で実施する委託訓練もあります。

一定の要件を満たす訓練には訓練手当が支給されます。障害のない方と同様の訓練が可能な場合は、一般の公共職業能力開発施設でも受講することができます。

連絡先 ハローワーク豊橋（豊橋公共職業安定所）（☎52-7193）

(4) 就労移行支援・就労継続支援 (障害者総合支援法による障害福祉サービス)

① 就労移行支援

就労を希望する65歳未満の障害のある方を対象に、一定期間就労に必要な知識、能力の向上のために必要な訓練を行います。

② 就労継続支援 A型（雇用型）、B型（非雇用型）

一般企業などでの就労が困難な方を対象に、生産活動、その他活動の機会の提供や就労に必要な知識、能力の向上のために必要な訓練を行います。

③ 就労定着支援

就労系サービスから一般就労へ移行した方が、就業に伴う環境変化や生活面の課題に対応できるように、企業や自宅訪問、来所などにより必要な支援を行います。就業に伴う生活面の課題に対応できるよう、事業所・家族との連絡調整などの支援を行うサービスです。

【①～③共通】

対象 64歳以下で、以下のいずれかに該当する方

- 精神障害者保健福祉手帳を所持している方
- 自立支援医療（精神通院）を受給している方
- 精神障害があることがわかる診断書をお持ちの方

利用者負担 サービス利用料の1割（所得に応じ負担上限月額あり）

申請方法 事業所へ空き状況などを相談してください。受け入れが可能であれば、市役所障害福祉課（東館1階）へ申請してください。

※サービス提供事業所は別冊「障害福祉サービス事業所等一覧」参照

(5) 地域活動支援センター（地域生活支援事業）

地域で生活する障害のある方の日常生活の支援、創作的な活動や生産活動、社会との交流促進など、多様な活動の場を提供します。

施設名（住所）	連絡先	開設時間	対象
三河ダルクデイケアセンター （新吉町 73 先大手ビル E-104 ）	☎52-8596	月～金曜日 9:00～17:00	主に薬物・アルコール依存症の方
ユアケミスト （上野町上野 17-4）	☎37-4120	月～金曜日 9:00～15:00	どなたでも
クラブハウスWANATH （東田仲ノ町 39）	☎52-4315	月～金曜日 9:30～16:30	主に精神障害のある方
フレンドハウス （伝馬町 2）	☎64-0791	月～金曜日 9:00～15:00	主に精神障害のある方

対象

次のいずれかに該当する方

- 精神障害者保健福祉手帳を所持している方
- 自立支援医療（精神通院）を受給している方
- 精神障害があることがわかる診断書をお持ちの方

利用者負担

サービス利用料の 1 割（所得に応じ負担上限月額あり）

申請方法

事業所へ空き状況などを相談してください。受け入れが可能であれば、市役所障害福祉課（東館 1 階）へ申請してください。

5 精神科医療機関についての相談

眠れなくなったり、気分が憂うつになったりして不安になる精神的な問題は、誰にも起こりうることです。そのような時は自分一人で抱え込まず、精神科に相談しましょう。

精神科では、薬による治療、対話による治療、生活療法（作業やレクリエーションなどで心の健康を取り戻すこと）などを行っています。

（1）精神科医療機関の種類と役割

① メンタルクリニック（精神科や心療内科（※）などの診療所）

外来専門の精神科医療機関の開設数は年々増えています。クリニックによっては、デイケアを併設していたり、カウンセリングを担当する臨床心理士などの専門職が揃っているところもあります。多くは、交通の便がよく通院しやすい場所にあり、平日午後の時間帯にも診療をしているところが多いようです。

② 精神科病院

精神科疾患の治療を専門とする病院です。入院施設を持ち、急性期（発病初期の症状の激しい時期）の治療にも対応できます。デイケア・ナイトケアを有しているところもあり、医師のほか、看護師・精神保健福祉士・作業療法士・臨床心理士などの専門職が揃っている病院があります。

また、訪問看護や社会復帰施設を持ち、社会復帰支援に力を入れている病院もあります。

③ 総合病院の精神科

市内の総合病院は、外来診療のみです。精神科以外にも多くの専門科目を有しており、確定診断に伴う精密検査などが必要な場合や、精神科以外の病気を合併している場合の治療に適しています。

（2）デイケア、ナイトケア、デイナイトケア

※自立支援医療（精神通院）の利用可

「人と付き合うのが苦手」「仕事をしていても長続きしない」「働く自信がまだ持てない」などの悩みを持つ方に、社会参加するための治療として行われています。週に3～5日間、自宅から通って過ごし、それぞれに応じたプログラムを通して、楽しみながら治療訓練を行います。プログラムはレクリエーションや創作活動、料理、スポーツ、グループでの外出などデイケアごとに工夫をしています。

なお、夕方から夜間にナイトケアを開設している医療機関もあります。

（3）ソーシャルワーカーに相談できること

病院・クリニックにはソーシャルワーカーがおり、「年金や手帳に関する相談」「医療費や生活費に関する相談」「仕事についての相談」「住む所についての相談」「保健所や作業所など社会資源を利用するための相談」など生活上の困りごとの相談に応じます。困ったときや迷ったときは気軽に相談しましょう。

市内精神関係医療機関一覧

■ 精神科病床がある病院

病院名	住所	電話番号	訪問看護	デイケア	ナイトケア	デイ ナイトケア
松崎病院 豊橋こころのケアセンター	三本木町字元三本木 20-1	45-1181	○	○		○
保生会病院	大国町 110-2	52-3828				
可知記念病院	南大清水町字富士見 456	26-1101	○	○		
島病院	雲谷町字上ノ山 65-138	41-7511	○			
岩屋病院	岩屋町字岩屋下 39-1	61-7100	○	○		

■ 精神科外来がある病院

病院名	住所	電話番号	訪問看護	デイケア	ナイトケア	デイ ナイトケア
成田記念病院	羽根井本町 134	31-2167				
福祉村病院	野依町字山中 19-14	46-7511	○			
豊橋医療センター	飯村町字浜道上 50	62-0301				

■ メンタルクリニック

病院名	住所	電話番号	訪問看護	デイケア	ナイトケア	デイ ナイトケア
至クリニック	駅前大通 1-16	53-1211				
大島医院	大橋通 1-68 静銀ニッセイ豊橋ビル5階	55-3411				
公園通りクリニック	西小鷹野 1-13-9	69-2005				
Lやすらぎクリニック	萱町 20-7 高木ビル2階	56-7799				
豊橋ニコニコクリニック	白河町 29-1 白河ハイツ 22B(2F)	35-2533		○		
おいまクリニック (※認知症・老年診療内科 専門)	老松町 193-1	64-6117				

■ 児童精神科

病院名	住所	電話番号	訪問看護	デイケア	ナイトケア	デイ ナイトケア
かずおメンタルクリニック	西幸町字浜池 43-2	48-6666	○	○	○	○
かみやメンタルクリニック	牟呂町字西明治源助堀 6-1	34-1411		○		
里童こころと育ちの クリニック	吉川町 61	34-3313				
豊橋市こども発達センター	中野町字中原 100 (ほいつ ぷ内)	39-9200				

■その他（自立支援医療（精神通院）が利用できる医療機関）

病院名	住所	電話番号
豊橋市民病院	青竹町字八間西 50	33-6111
光生会病院	吾妻町 137	61-3166
小野田内科	東岩田 3 丁目 1-1	63-8822
権田脳神経外科	前田町 2-19-17	54-8811
中島脳神経外科	下五井町捨田 45-1	54-6261
松山診療所	東松山町 40-1	54-2512
医療法人 澄心会 豊橋ハートセンター	大山町五分取 21-1	37-3377
林医院	石巻本町字市場 97-4	88-0041
芳賀クリニック	西幸町字浜池 58-1	38-0808
岡村クリニック	佐藤 2 丁目 24-1	65-4100
田中医院	中野町字大原 11	45-0315
福井脳神経外科	立花町 3	21-7001
はら脳神経内科・内科クリニック	西幸町字笠松 30 番地 1	38-8866
佐藤脳神経外科	牛川通一丁目 21 番地 7	69-2760
愛知クリニック	松村町 48	47-3663
ひなたの丘クリニック	中野町字大原 47 番地 1	75-9259

■その他

薬局・訪問看護ステーション・豊橋市以外の愛知県内の医療機関については、愛知県のホームページをご確認ください。



👉「愛知県のホームページ」は、
こちらの QR コードを読み込みください。
ページの下部に最新の一覧があります。

6 仲間との交流についての相談

「仲間がいるといいな」と思っている人は、たくさんいます。仲間でお互いに助け合い、支え合ったりすることは心強いものです。

「人間関係が上手くできなくて不安」「通院しながら自分らしい生活を見つけない」「就職に備えて身体を慣らしたい」「自分で食事を作りたい」などの悩みを、みんなで集って話し合える場があります。

(1) 地域活動支援センター（地域生活支援事業）

地域で生活する障害のある方の日常生活の支援、創作的な活動や生産活動、社会との交流促進など、多様な活動の場を提供します。利用料は原則 1 割負担ですが、所得に応じ負担上限月額が決められています（申請方法は「精神保健福祉ガイドブック」参照）。

施設名（住所）	連絡先	開設時間	対象
三河ダルクデイケアセンター （新吉町 73 先 大手ビル E-104 ）	☎52-8596	月～金曜日 9:00～17:00	主に薬物・アルコール依存症の方
ユアケミスト （上野町上野 17-4）	☎37-4120	月～金曜日 9:00～15:00	どなたでも
クラブハウス WANATH （東田仲ノ町 39）	☎66-2219	月～金曜日 9:00～16:00	主に精神障害のある方
フレンドハウス （伝馬町 2）	☎64-0791	月～金曜日 9:00～15:00	主に精神障害のある方

(2) スポーツ・文化教室

障害者手帳を所持している方と家族などを対象に、さくらピアで水泳や陶芸などのスポーツや文化活動に関する教室を開催します。

問合せ先 さくらピア（東新町 15☎53-3153）

(3) 自助グループ

指導者を設けず、当事者同士で援助し合い、自由に様々な活動を行っている自助グループやセルフヘルプグループがあります。

自分たちの意思を尊重しながら、仲間づくりや社会への啓発活動などを行っています。

団体名（住所）	連絡先	対象
<small>さざなみかい</small> 連会 （花田町字百北 193 さざなみ憩の家内）	☎33-5606 FAX 33-7510	心の病いをお持ちの方
自助グループ・たんぼぼ （山田一番町 27）	☎090-3598-9128	心の病いをお持ちの方
クラブハウス <small>ワナス</small> WANATH （東田仲の町 39）	☎66-2219 FAX 56-0702	心の病いをお持ちの方
豊橋断酒会 （瓜郷町一新替 35）	☎/FAX 54-2649 ☎080-2657-7566	アルコール依存症の方
豊橋はまゆう断酒友の会 （西小鷹野三丁目 9-1）	☎/FAX 66-0965 ☎080-3668-8855	アルコール依存症の方
AA （アルコールクス・アノニマス）	AA 中部北陸セントラルオフィス ☎052-915-1602 FAX 052-917-0764	アルコール依存症の方 ご家族や医療関係者など、誰でも参加できるミーティングもあります。
三河ダルク （新吉町 73 先 大手ビル E-104）	☎/FAX 52-8596 Eメール toyohashi@mikawadarc.org	アルコール、覚醒剤、シンナー、ゲーム、万引き、咳止め薬、向精神病薬など様々な薬物等の依存症の方
東三河家族の会	☎080-2398-0382 （代表：松井）	アルコール、覚醒剤、シンナー、咳止め薬、向精神病薬、ゲーム依存、ギャンブル・万引きなど様々な依存症の方の家族

7 同じ悩みを持つ家族との交流会についての相談

家族は疾患をもつ本人に対して、「薬を飲むように話しているが、必要性を本人に上手に伝えられない」「本人とどう付き合えば毎日うまくやれるのか」「何とか自立できる方向へ進んでほしいが、家族ができることは何か」など様々な悩みが生じることがあります。

こうした家族の悩みを解決するため、家族が集まって話し合う「家族会」があります。病気や障害について勉強する以外にも、家族が互いに気付き合い、癒される場となっています。

家族会

① くすのき会

地域で生活する精神障害者とその家族が「安心・安定した生活」を維持・増進するために必要となる「医療・保健・福祉」の密接なる連携を求めつつ、各種制度、施設等の整備・充実を目指すための活動を推進しています。

連絡先 くすのき会（山田一番町 27 ☎090-3598-9128）

② なでしこ家族会

アルコール依存症の方を抱える家族を対象に、月に 1 回の例会を開催しています。例会では体験談を共有したり、勉強会を開いたり、情報交換を行っています。

連絡先 なでしこ家族会（西小鷹野三丁目 9-1 ☎/FAX 66-0965 ☎080-3668-8855 ）

8 「ひきこもり」についての相談

(1) 「ひきこもり」とは

ひきこもっている多くの人が「誰にもわかってもらえない」という孤立感や「周囲に遅れをとっている」という焦りの気持ち、「自分はどうなるのだろう」という不安感で追いつめられた気持ちでいます。

また、ひきこもり状態にある人を持つ家族の多くは、自責の念から、周囲の人や専門家に事態を打ち明けることができず、家族自身が社会生活から孤立し、心理的・行動的にもひきこもった状態になりがちです。さらに、「親の責任」と言われたり、実りの少なかった試行錯誤に疲れきり、無力感に陥ることも少なくありません。

「私だけ?」「うちの子どもだけ?」と一人で悩まず、気軽にご相談ください。問題解決のために、共に悩み、共に考え、一緒に歩んでいきましょう。

- (1) 「ひきこもり」とは、特定の病気や障害ではなく、「状態」を指す言葉です
- (2) 「ひきこもり」は、特にはっきりした理由や原因がわからないことも少なくありません
- (3) 「ひきこもり」の人の多くは、強い不安や葛藤を抱えている場合があります
- (4) 「ひきこもり」は、子育ての問題とはいえません
- (5) ひきこもっている本人だけでなく、家族にも助けが必要です
- (6) 「ひきこもり」は、誰にでも起こりうる事態ですが、回復することも充分可能です
- (7) 「ひきこもり」には、心の病が強く影響している場合もあります

(2) 行政の相談窓口

事業名	日時	内容	連絡先
保健師等による相談 (保健師等による電話・面接・訪問相談)	月～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15	ひきこもりに関する悩みや、家庭での対応の仕方などの相談に応じます。	保健所 健康増進課 ☎39-9145
こころの健康相談 (公認心理師による相談)	第1・第3木曜日ほか 13:00～16:00(予約制)	こころの不調で悩みをもつ方の相談に応じます。	
思春期精神保健相談 (児童精神科医師による相談)	① 5・6・7・8・9・11・ 1・3月(年8回) 13:30～15:30(予約制) ② 10・12・2月(年3回) 9:30～11:30(予約制)	登校しぶりや思春期特有のこころの問題などの相談に応じます。	
こども若者総合相談支援センター (電話・面接・訪問相談)	月～金曜日 9:00～19:00、 土・日曜日 9:00～17:00	社会的自立に困難を抱える子ども・若者を包括的に支援します。	こども若者総合相談支援センター (ココエール) ☎54-7830

(3) ひきこもりを抱える方の家族のつどい

事業名	日時	内容	連絡先
おたまじゃくしの会	毎月第2木曜日ほか	ひきこもりの家族を対象に交流会を開催し、情報共有や知識の習得を行います。	保健所健康増進課 ☎39-9145

(4) 愛知県精神保健福祉センターの相談窓口

事業名	日時	内容	相談先
ひきこもり専門相談	月～金曜日 (祝日を除く) 9:00～12:00、 13:00～16:30	ひきこもりの専用電話で家族や本人の相談に応じます。	ひきこもり電話 ☎052-962-3088 (面接は予約制)
ひきこもり Eメール相談	随時	メールで、ひきこもりの相談に応じます。	Eメール相談(愛知県精神保健福祉センターホームページ内)

連絡先 愛知県精神保健福祉センター (☎052-962-5377)

(5) 家族会・親の会など

団体名	日時	対象年齢	内容	連絡先
ひまわりの会 (親のつどい)	毎月第4木曜日ほか	どなたでも	社会に出られず、ひきこもっている方の家族会です。	保健所健康増進課 ☎39-9145
愛知東精神保健福祉 市民の会 (A-JAN) (※)		どなたでも	精神障害のある方や家族などを対象にした、研修会と交流会です。	☎52-4315

※精神障害に関する市町村への提言や情報発信を行っています

(6) NPO 団体等による青年の居場所や相談窓口

団体名	対象年齢	内容	連絡先
NPO 法人 いまから	どなたでも	<ul style="list-style-type: none"> ●グループホーム、若者の自立支援活動、学習支援を行っています ●いじめ、不登校、ひきこもり、ニートに関する相談に応じます ●電話相談、面接相談、カウンセリングなどを行っています 	☎48-7808
とよはし若者サポートステーション	15～49 歳	<ul style="list-style-type: none"> ※「NPO 法人 いまから」が厚生労働省より「地域若者サポートステーション事業」を受託し運営しています ●居場所の開設もしています(毎月第1、第3火曜日) 	
NPO 法人 たすけあい三河	6 歳以上	<ul style="list-style-type: none"> ●居場所「みんなの居笑」を開設しています(火～土曜日) ●いじめ、不登校、ひきこもり、ニートに関する電話相談、メール相談、訪問活動を行っています 	☎52-4315
クラブハウス WANATH ^{ワナス}	16 歳以上	<ul style="list-style-type: none"> ●精神障害のある方の居場所を開設しています ●ひきこもりに関すること、その他(日常生活の支援、生活訓練、社会適応訓練)の相談に応じます 	☎52-4315
特定非営利活動法人 てら	小学3年～ 20 歳	●不登校、ひきこもりの解消支援や家族の支援を行っています	☎82-0457
WAC + 福祉の窓 ^{プラス}	どなたでも	障害者支援 就労支援 居住支援 成年後見支援 身元保証 生活支援	54-2666 52-4315 (本部)
一般社団法人パーソナルラボ 東三河支所	～39 歳	●不登校、ひきこもり、進路、就労に関する電話相談、面接相談、メール相談、訪問同行支援を行っています	☎75-8978

(7) 就労相談

とよはし若者サポートステーション

15～49 歳で、社会的ひきこもりやニート、飛び石フリーター、若年無就業者を対象に、就労に関する相談に応じます。

日時

火～木曜日 10:00～17:00、金・土曜日 10:00～20:00

連絡先

とよはし若者サポートステーション(牟呂町字東里 26 青少年センター内 ☎48-7808)

9 発達障害についての相談

発達障害のある方は、生まれつき物事の感じ方やとらえ方がユニークなため、「とても得意なことがあるのに、ちょっとしたことが苦手」という偏りがあり、誤解されやすく困っています。

しかし、周囲の温かい理解と支えがあれば、ユニークさや偏りも個性として、ともに元気に生きていくことができます。

- 偏見や誤解により、傷ついている本人や家族の方もいます
- 発達障害は、親の性格や、しつけなどに原因があるわけではありません

主な発達障害	症状
自閉症	人との関わりやコミュニケーションにつまずき、興味の持ち方に偏りがあります（自ら心を閉ざしているというような心の病ではありません）。
アスペルガー症候群	相手の表情から気持ちを察することや、場にあった行動や会話が苦手で、こだわったり、興味の対象が限られたりすることがあります。
注意欠陥／多動性障害（AD／HD）	注意、衝動を抑えることや、じっとしていることなどが苦手ですが、エネルギー豊富な行動力、ユニークな想像力などの長所として活かすことができます。
学習障害（LD）	他のことはできるのに、文字の読み書きや計算などがとても苦手です。

※主な発達障害の名称は、発達障害者支援法に基づいています。

※2013年に米国精神医学会の診断手引き（DSM-5）の改訂により、自閉症とアスペルガー症候群は同じ特徴があり、その程度が異なるスペクトラム（連続体）ととらえ、「自閉スペクトラム症」という診断名になりました。

(1) 相談機関

施設名（住所）	日時	内容	連絡先
発達・就労相談支援センター フラット FLAT（岩崎町字長尾 119-2）	月～金曜日 8:30～17:30	生活相談、社会生活など	☎69-1323
とよはし総合相談支援センター ほっとぴあ（前畑町 115）	月曜日 8:30～17:00 火～土曜日 8:30～17:30	生活相談、社会生活など	☎56-4111
さくらピア相談事業 （東新町 15 さくらピア内）	火～土曜日（休館日を除く） （※）10:00～17:00	生活相談、社会生活など	☎53-3623
市役所障害福祉課 （東館 1 階）	月～金曜日（祝日を除く） 8:30～17:15	福祉サービス	☎51-2347
①こども発達センター ②こども保健課 ③健康増進課 （中野町字中原 100）	①火～土曜日 ②③月～金曜日 8:30～17:15	①子どもの発達障害全 般 ②子どもの発育発達・育 児相談 ③発達障害など	①☎39-9200 ②☎39-9160 ③☎39-9145
あいち発達障害者支援センター （春日井市神谷町 713-8）【愛知県】	月～金曜日 10:00～12:00、 13:00～16:00	発達障害全般	☎（0568） 88-0849

※土曜日に障害を持つカウンセラーや家族が同じような境遇の方の相談に応じる「ピアカウンセリング」を実施

(2) 支援制度

① 精神障害者保健福祉手帳

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

② 医療費助成制度（自立支援医療（精神通院）や障害者医療）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

② 障害年金

条件を満たしていれば申請することができます。

問合せ先 国民年金／市役所国保年金課（西館 1 階 ☎51-2290～2292）、
厚生年金／豊橋年金事務所（☎33-4111(代)）

④ 障害者総合支援法に基づく福祉サービス（就労訓練やホームヘルプサービスなど）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2347）

(3) 発達障害者・児をサポートする NPO 団体など

① 特定非営利活動法人アスペ・エルデの会 東三河地区正会員団体 ささゆりの会

発達障害児者と家族に対し、自立支援や勉強会の実施、専門家やボランティアスタッフ等への育成支援活動、研究活動への協力、障害への啓蒙活動として講演会や親向けの相談会などを実施しています。

連絡先 特定非営利活動法人アスペ・エルデの会 正会員団体 ささゆりの会
(Eメール sasa@as-japan.jp ホームページ <https://www.as-japan.jp/sasayuri/>)

② 発達障害者地域自立支援の会 グローアップ

発達障害児者と家族に対し、自立支援や勉強会・相談会の実施、障害の啓蒙活動などを実施しています。

連絡先 発達障害者地域自立支援の会 グローアップ (賀茂町字比丘尼谷 46-2)
☎75-1342 (代表: 福田 美智子)

(4) 発達障害について、もっとよく知るためのホームページ

- あいち発達障害者支援センター (<https://www.pref.aichi.jp/site/asca/>)
- 発達障害ナビポータル (<https://hattatsu.go.jp>)

10 高次脳機能障害についての相談

「交通事故で頭を強く打った」「脳の病気にかかった」などにより現れる次のような症状を高次脳機能障害といいます。

原因となる病気に、脳外傷、脳血管障害（くも膜下出血などの脳出血、脳梗塞）、低酸素脳症、脳炎、脳腫瘍などがあります。

認知障害	内容
記憶障害	すぐに忘れる、新しいことを覚えられなくなった
注意障害	うっかりミスなどの不注意が多くなった
遂行機能障害	毎日の行動や調理など、自分で計画を立てて物事を進められなくなった

社会的行動障害	内容
固執性	自己主張が強くなった、些細なことにこだわるようになった
感情コントロール低下	多少のことでイライラしたり、怒りっぽくなった
欲求コントロール低下	欲しいと思うと我慢できない、金遣いが荒くなった
依存性・退行	すぐに周りに頼るようになった、子どもっぽくなった

(1) 支援制度

① 精神障害者保健福祉手帳

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

② 医療費助成制度（自立支援医療（精神通院）や障害者医療）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

③ 障害年金

条件を満たしていれば申請することができます。

問合せ先 国民年金／市役所国保年金課（西館 1 階 ☎51-2290～2292）、
厚生年金／豊橋年金事務所（☎33-4111(代)）

④ 障害者総合支援法に基づく福祉サービス（就労訓練やホームヘルプサービスなど）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2347）

⑤ 介護保険

65 歳以上の方または 40 歳以上 65 歳未満で介護保険制度における特定疾病に該当する方が対象です。

問合せ先 東三河広域連合介護保険課豊橋窓口＝市役所長寿介護課（東館 3 階 ☎51-3130）

(2) 相談機関

施設名 (住所)	日時	内容	連絡先
高次脳機能障害相談支援センター 笑い太鼓 (東田仲の町 57)	月～金曜日 8:30～17:30	主に高次脳機能障害のある方の生活相談、社会生活の相談などに応じます。	☎39-3011
とよはし総合相談支援センター ほっとびあ (前畑町 115 あいトピア 2 階)	月曜日 8:30～17:00 火～土曜日 8:30～17:30	就職に向けた相談支援、実習先の開拓、社会適応能力の向上に向けた研修会の開催、障害者雇用の啓発活動を行います。	☎56-4111
さくらピア相談事業 (東新町 15 さくらピア内)	火～土曜日 (休館日を除く) 10:00～17:00	障害のある方の生活相談、社会生活の相談などに応じます。	☎53-3153 (直通☎53-3623)
市役所障害福祉課 (東館 1 階)	月～金曜日 8:30～17:15	障害者手帳の申請を受け付けするほか、制度に関する相談に応じます。	☎51-2312
保健所健康増進課 (中野町字中原 100 「ほいっぷ」内)	月～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15	保健師等による健康相談などを行います。	☎39-9145
【県の高次脳機能障害支援拠点機関】 名古屋市総合リハビリテーションセンター 高次脳機能障害支援課 (名古屋市瑞穂区弥富町字密柑山 1-2)	月～金曜日 8:45～17:30	高次脳機能障害に関する専門的な相談に応じます。	☎052-835-3814
【県の高次脳機能障害支援拠点機関】 高次脳機能障害 愛知県東部支援センター 笑い太鼓 (花田一番町 72 東和西駅前マンション 101)	月～金曜日 9:00～17:00	高次脳機能障害に関する専門的な相談に応じます。	☎34-6098

(3) 高次脳機能障害のある方をサポートする NPO 団体

NPO 法人 高次脳機能障害者支援 笑い太鼓

家族を含む当事者の生活相談支援、高次脳機能障害の啓発活動を行っています。

連絡先

NPO 法人 高次脳機能障害者支援 笑い太鼓 (東田仲の町 57 ☎63-6644)

11 認知症についての支援

(1) 認知症とは

認知症は、脳の障害で記憶、理解、言語、判断などの認知機能が低下する状態です。認知機能が低下すると、日々の生活をひとつひとつこなすことや人との関係に支障をもたらすようになります。

(2) 相談機関

① 地域包括支援センター

認知症の方や家族の相談・支援を行っています。

地域包括支援センター名	電話番号	住所	担当校区
豊橋市東部	64-6666	佐藤五丁目 22-16	飯村、岩西、つつじが丘
さわらび	54-3521	牛川町字浪ノ上 25-20	石巻、牛川、賀茂、下条、西郷、高山、玉川
赤岩荘	66-1262	多米町字大門 10	鷹丘、多米
コープ豊橋北	65-8567	朝丘町 132	岩田、豊
尽誠苑	65-2751	大脇町字大脇ノ谷 74-54	谷川、二川、二川南
豊橋市中央	54-7170	前畑町 115	旭、東田
喜寿苑	35-6770	前芝町字加藤 381-2	大村、下地、津田、前芝
コープ豊橋中央	53-1519	前田町一丁目 4-2	新川、松山、向山
アースサポート豊橋駅西	43-5211	八通町 159-1	花田、羽根井
ベルビューハイツ	33-8110	青竹町字青竹 96	吉田方
ふくろう	56-0018	八町通三丁目 132	八町、松葉
真寿苑	39-3989	牟呂町字東明治郷下 1	汐田、牟呂
豊橋市南部	25-7100	大清水町字大清水 546	磯辺、植田、大崎、大清水
作楽荘	48-7888	王ヶ崎町字上原 1-145	中野、福岡
弥生王寿園	38-0508	弥生町字東豊和 2-1	栄、高師
福祉村	45-5130	野依町字山中 19-1	芦原、天伯、野依
彩幸	23-6014	西赤沢町字深山 95	老津、小沢、杉山、高根、豊南、富士見、細谷
幸王寿園	38-0300	西幸町字浜池 323	幸

② 豊橋市認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる方やその家族に対して、医療職・福祉職で構成されるチームが早期の段階から包括的・集中的な支援を行います。

相談先 お住いの小学校区の担当地域包括支援センター

③ 認知症疾患医療センター

県から指定されているセンターで、認知症に関して様々な相談ができます。

相談先

センター名	場所	電話番号
可知記念病院	南大清水町字富士見 456	☎26-1103
松崎病院 豊橋こころのケアセンター	三本木町字元三本木 20-1	☎45-1372

④ (公社) 認知症の人と家族の会・愛知県支部 (電話相談)

日時 月～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 10:00～16:00

相談先 (公社) 認知症の人と家族の会・愛知県支部 (☎0562-31-1911)

⑤ 愛知県若年性認知症総合支援センター

日時 月～土曜日 (祝日、年末年始を除く) 10:00～15:00

相談先 愛知県若年性認知症総合支援センター (☎0562-45-6207)

(3) 本人・介護者の交流会

※日時・場所などは各連絡先へお問合せください

① ともの会

若年性認知症や、認知症・認知症の疑いのある方とご家族を対象にした、交流や情報交換の場です。月に1回開催しています。

連絡先 市役所長寿介護課 (☎51-2338)

② もの忘れ介護家族支援講座

認知症や、認知症の疑いのある方のご家族を対象に、介護経験者や専門職からアドバイスを受け、参加者同士で交流します。

連絡先 市役所長寿介護課 (☎51-2338)

③ 認知症座談会

認知症や、認知症の疑いのある方のご家族 (初参加者のみ) を対象にした座談会で、介護者同士の交流と医師からのアドバイスを受けることができます。

連絡先 市役所長寿介護課 (☎51-2338)

④ 認知症家族介護者交流会

介護者同士が日頃の想いや情報交換などを行い、交流を通して心身のリフレッシュを図ります。

グループ名	場所	連絡先
なごみ会	あイトピア（前畑町 115）	豊橋市中央地域包括支援センター （☎54-7170）
つつじ会	つつじが丘地域福祉センター （佐藤五丁目 22-16）	豊橋市東部地域包括支援センター （☎64-6666）
ほいっぴ会	保健所・保健センター （中野町字中原 100「ほいっぴ」内）	豊橋市南部地域包括支援センター （☎25-7100）
わの会	豊橋商工会議所 （花田町字石塚 42-1）	（公社）認知症のひとと家族の会 愛知県支部（☎0562-33-7048）

（４）豊橋おかえりネット（事前登録）

認知症で道に迷うおそれのある方に関する情報を事前に登録しておくことで、行方が分からなくなった際に早期発見を支援するネットワークです。

問合せ先 豊橋おかえりネット事務局（市役所長寿介護課 ☎51-2338 ）

（５）知って安心 認知症ガイドブック

認知症と診断された方や認知症の疑いがある方向けに市役所長寿介護課（東館 3 階）、各地域包括支援センターなどで配布しています。認知症の進行状況に応じて利用できるサービスや支援、相談窓口などを掲載しています。

（６）支援制度

① 精神障害者保健福祉手帳

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

② 医療費助成制度（自立支援医療（精神通院）や障害者医療）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2312）

③ 障害年金

条件を満たしていれば申請することができます。

問合せ先 国民年金／市役所国保年金課（西館 1 階 ☎51-2290～2292）、
厚生年金／豊橋年金事務所（☎33-4111(代)）

④ 障害者総合支援法に基づく福祉サービス（就労訓練やホームヘルプサービスなど）

問合せ先 市役所障害福祉課（東館 1 階 ☎51-2347）

⑤ 介護保険

65 歳以上の方または 40 歳以上 65 歳未満で介護保険制度における特定疾病に該当する方が対象です。

問合せ先 東三河広域連合介護保険課豊橋窓口＝市役所長寿介護課（東館 3 階 ☎51-3130）

2024 年度 相談機関の紹介

発 行 : 令和 6 年 4 月

編集・発行 : 豊橋市役所 障害福祉課 精神・医療グループ 〒440-8501 豊橋市今橋町 1 番地
TEL 51-2312 FAX 56-5134 Eメール shogaifukushi@city.toyohashi.lg.jp