

## 相模原市ひきこもり支援ネットワーク連絡会構成機関

### 20 相 相模原市民生委員児童委員協議会

民生委員・児童委員、主任児童委員（定数933名）は、市内22の地区民児協に分かれて、市民の身近な相談役として、関係機関やサービス等におつなぎしています。

問合せ先 相模原市民生委員児童委員協議会事務局 電話：042-704-6275



### 21 相 相模原市社会福祉協議会

「地域住民の参加と支えあいによる福祉のまちづくり」を実現するために、住民やボランティア、市民団体の方々など市域の福祉関係者とともに地域福祉活動を中心に様々な活動をする民間の福祉団体です。

問合せ先 電話：042-704-6275



### 22 相 相模原公共職業安定所（ハローワーク相模原）

職業相談、職業紹介を行います。また、精神疾患や発達障害をお持ちの方の専門の職業相談窓口（トータルサポート一配置：完全予約制）もあります。

問合せ先 電話：042-776-8609



### 23 相 相模原市就職支援センター

専門相談員が、仕事探しに関する様々な相談をお受けし、要望に応じて独自で開拓した市内の求人情報を紹介します。

問合せ先 電話：042-700-1618  
メール：shushokushien@sagamihara-city.jp



### 24 相 さがみはら若者サポートステーション

個別相談と各種プログラムの2本立てで支援を行っています。ゆくゆくは、働くを中心とした自立を目指していくようにサポートしていきます。

※対象は自立を目指す15～49歳までの方とそのご家族。

※お住まいの地域を問わず、ご利用いただけます。

問合せ先 電話：042-703-3861 メール：info@parasute.jp



### 25 相 障害者地域活動支援センターⅠ型

精神障がい者や家族が地域で安心して暮らすためのお手伝いをするところです。  
※相模原市立緑第一障害者地域活動支援センター（やまのべ）は全ての障害者を対象としています。

※利用については各センターへお問い合わせください。

問合せ先

①橋本障害者地域活動支援センター ぶらす★かわせみ 電話：042-703-5556  
②相模原市立緑第一障害者地域活動支援センター（やまのべ） 電話：042-684-3581  
③地域活動支援センターカミング 電話：042-759-5117  
④相模原市立南障害者地域活動支援センター（みなみ風） 電話：042-701-3917



### 26 相 相模原市基幹相談支援センター

障害のある方の暮らしを関係機関と連携しながら支援する相模原市の相談支援の拠点です。

問合せ先 障害者支援センター松が丘園 電話：042-758-2121



### 27 相 ①緑高齢・障害者相談課 ③中央高齢・障害者相談課 ②津久井高齢・障害者相談課 ④南高齢・障害者相談課

高齢者・障害者・精神疾患に関する相談、高齢者・障害者に係る福祉サービスの申請などに関するを行っています。お住まいの地域の窓口へご相談ください。

問合せ先  
①（緑）電話：042-775-8812（高齢福祉班）  
042-775-8810（身体・知的福祉班）  
042-775-8811（精神保健福祉班）  
②（津久井）電話：042-780-1408（地域・高齢福祉班）  
042-780-1412（障害福祉班）  
③（中央）電話：042-769-8349（高齢福祉班）  
042-769-9266（身体・知的福祉班）  
042-769-9806（精神保健福祉班）  
④（南）電話：042-701-7704（高齢福祉班）  
042-701-7722（身体・知的福祉班）  
042-701-7715（精神保健福祉班）



精神保健福祉関係ガイド  
(制度・サービスについて)

### 28 相 市役所 ①緑生活支援課 ②中央生活支援課 ③南生活支援課

生活に困窮している世帯からの相談をお受けし、生活保護による支援を行っています。  
※状況に応じてアウトリーチ支援も可能です。

問合せ先 ①電話：042-775-8809（保護第1班・第2班）、  
042-780-1407（保護第3班 津久井・相模湖・藤野担当）  
②電話：042-707-7056 ③電話：042-701-7720



### 29 相 市役所 児童相談所

18歳未満の子どもに関する専門機関として、養護、障害、非行、育成などの相談に応じ、また、必要な援助を行います。

問合せ先 電話：042-730-3500



### 30 相 市役所 陽光園（発達障害支援センター）

発達や障害に関する相談や自立と社会参加のための援助を行うとともに、家庭と関係機関等と連携を図りながら、総合的な支援を行っています。

＜発達障害支援センター＞  
市の発達障害に関する専門機関として、相談支援、普及啓発活動、支援者的人材育成を行っています。  
※対象は市内在住で高校生年齢以上の発達障害があるかその心配がある人、その家族、および関係機関

問合せ先 発達障害支援センター 電話：042-756-8411



### 31 相 市役所 教育相談課

19歳以下の青少年の全般的な相談を受け付けています。ヤングテレホン 電話相談：042-755-2552  
Eメール相談受付：yantele@city.sagamihara.kanagawa.jp

問合せ先 中央相談室 電話：042-752-1658 南相談室 電話：042-749-2177  
城山相談室 電話：042-783-6188 相模湖相談室 電話：042-682-7020



### 32 相 市役所 精神保健福祉センター（ひきこもり支援ステーション）

精神保健福祉に関する専門的な相談や精神保健福祉全般の普及啓発や人材育成を行っています。

＜ひきこもり支援ステーション＞  
ひきこもりに関する相談対応、課題整理を行い、様々な機関と連携しながら、ご本人にとってより良い生き方と一緒に考えていきます。  
※対象は原則18～64歳のひきこもり状態にあるご本人、そのご家族および支援者

問合せ先 精神保健福祉センター 電話：042-769-9818  
ひきこもり支援ステーション 電話：042-769-6632



## さがみはら居場所・相談情報

# はじめの一歩

# 応援マップ

市役所 地域包括ケア推進課 問合せ先 電話：042-769-9231（地域づくり班）

市役所 高齢・障害者福祉課 問合せ先 電話：042-707-7055

市役所 精神保健福祉課 問合せ先 電話：042-769-9813

市役所 生活福祉課 問合せ先 電話：042-851-3170（地域福祉推進班）  
電話：042-707-7021（保護自立支援班）

市役所 こども・若者応援課 問合せ先 電話：042-751-0091

市役所 こども家庭課 問合せ先 電話：042-769-9811（家庭福祉班）  
電話：042-769-8345（保健事業班）

市役所 産業支援・雇用対策課 問合せ先 電話：042-769-8238（雇用対策班）

市役所 学校教育課 問合せ先 電話：042-704-8916（人権・児童生徒指導班）  
電話：042-769-8284（企画指導・支援班） さがみはら子どもSOSダイヤル：042-707-7053

発行 相模原市ひきこもり支援ネットワーク連絡会<令和7年8月>  
問合せ 相模原市精神保健福祉センター 電話：042-769-9818



# はじめの一歩を踏み出そう♪

活動種別 出 お出かけ 相 相談したい

区 緑 緑区 中 中央区 南 南区

地域には様々な情報があります。掲載されている情報は作成時点のものです。内容に変更がある場合がありますのでご承知おきください。

## ガイド

### 1 出 緑 中 南

- ①公式観光ガイドブック 「相模原市観光ガイドマップ」
- ②緑区紹介サイト「すもうよ緑区」
- ③中央区ガイドブック 「さくらとくらす中央区らいふ」
- ④南区ガイドマップ

#### 問合せ先

- ①観光政策課 電話: 042-769-8236
- ②緑区役所地域振興課 電話: 042-775-8801
- ③中央区役所地域振興課 電話: 042-769-9801
- ④南区役所地域振興課 電話: 042-749-2135

### ①相模原市観光ガイドマップ



### ③中央区ガイドブック



### ②緑区紹介サイト



### ④南区ガイドマップ



## 公園

### 2 出 中

#### 道保川公園

自然豊かで野鳥や植物を観察できます。

問合せ先 電話: 042-776-6484



### 3 出 南

#### 相模原北公園

自然あり、動物とのふれあい体験もできます。

問合せ先 電話: 042-777-3451



### 4 出 緑

#### 相模原北公園

たくさんの植物に親しむことができます。

問合せ先 電話: 042-779-5885



## 子ども・青少年

### 6 相

#### かながわ子ども家庭110番相談LINE

「LINE」を活用し、子育ての不安、親子関係や家族の悩みなど子どもに関わる相談を受けます。  
※相談日時: 月曜日～土曜日(年末年始を除く)午前9時～午後9時

※対象者: 神奈川県内にお住いの18歳未満の子ども、保護者の方など  
※方法: LINE公式アカウント検索から「かながわ子ども家庭110番相談」を友だち追加します。



## 食事

### 7 出 緑 中 南

#### 子ども食堂・無料学習支援

「子どもの居場所」として市民有志の方が活動しており、子どもだけでも気軽にに行くことができます。  
※対象者、開催場所、開催状況等についてはQRコードからご確認ください。

問合せ先  
社会福祉協議会中央ボランティアセンター  
子どもの居場所総合相談窓口 電話: 042-786-6181



## 交流

### 8 出 緑

#### ふれあいの家「ぬくもり」

喫茶や麻雀、体操等様々な活動を行っています。  
※開催日は市社協ホームページ内橋本地区社協ページを確認してください

問合せ先 橋本地区社会福祉協議会  
電話: 042-775-8601



### 9 出 中

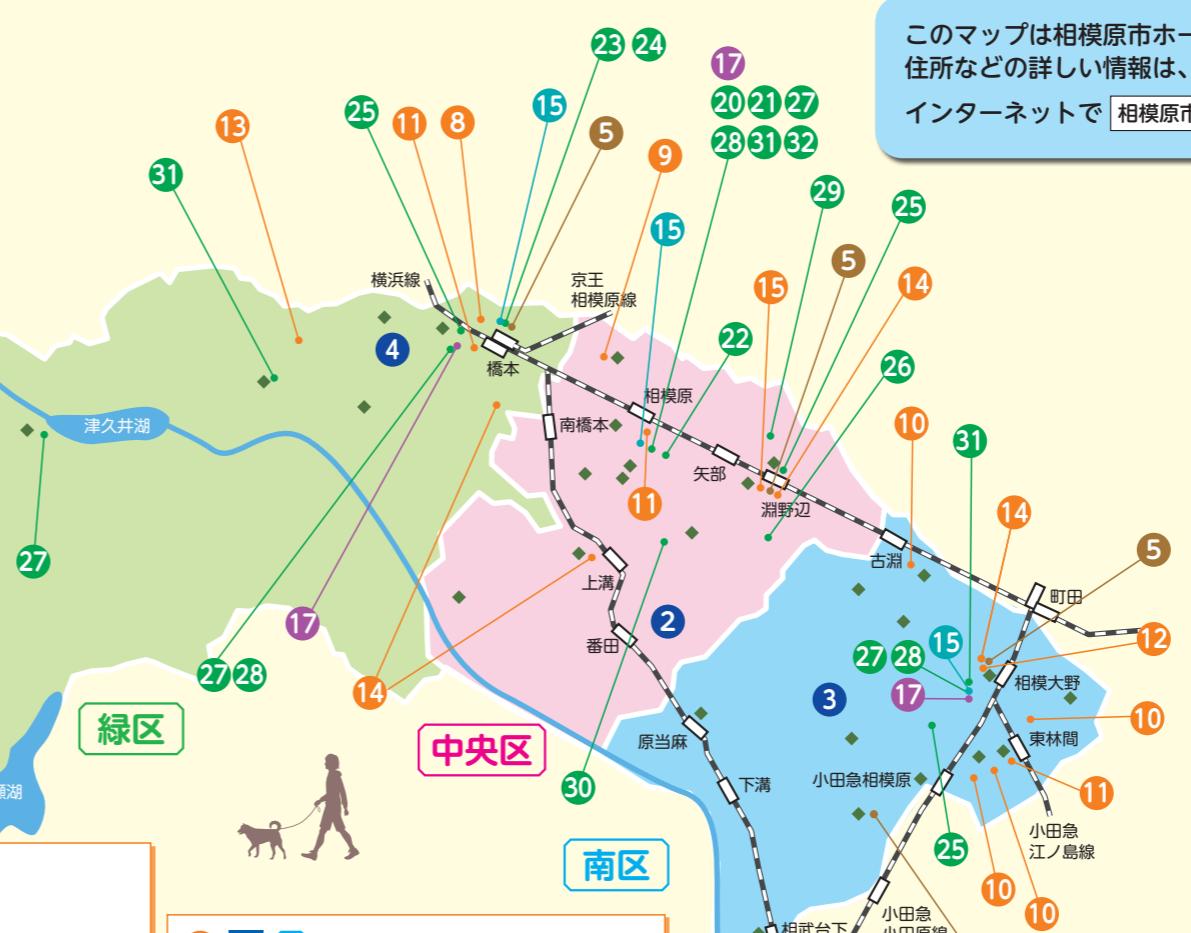
#### ほっとほっとカフェ

誰もが気軽に、そして自由に集まれる憩いの場です。  
※開催日 毎月第3水曜日

問合せ先 小山地区社会福祉協議会  
電話: 755-0350



## さがみはらマップ



このマップは相模原市ホームページに掲載しています。  
住所などの詳しい情報は、そちらをご覧ください。

インターネットで [相模原市ひきこもり支援ステーション](#) 検索



## 図書館

### 5 出 緑 中 南

#### 市立図書館<中央区>

#### 相模大野図書館<南区>

#### 橋本図書館<緑区>

#### 市立図書館相武台分館<南区>

どなたでも自由に利用でき、本に親しんで過ごせます。

※各公民館（一部除く）には図書室があります。

#### 問合せ先

市立図書館: 042-754-3604

相模大野図書館: 042-749-2244

橋本図書館: 042-770-6600



### 10 出 南

#### ふらっと立ち寄りサロン

どなたでも参加できる心安らぐサロンです。  
※毎月1回開催。開催日・場所はお問い合わせください。

問合せ先 大野中地区社会福祉協議会  
電話: 042-705-5105

#### 東林いこいの広場

誰もが気軽に集まり、おしゃべりや体操、軽食を楽しめる場です。

※開催日 毎月第4火曜日

問合せ先 東林地区社会福祉協議会  
電話: 042-705-3315

#### 東林いこいの広場木曜喫茶

誰もが気軽に集まり、おしゃべりや軽食を楽しめる場です。

※開催日 毎週木曜日

問合せ先 東林地区社会福祉協議会  
電話: 042-705-3315

#### 金曜サロン

誰もが気軽に集まり、おしゃべりを楽しめる場です。  
※毎月1回開催。開催日はお問い合わせください。

問合せ先 東林地区社会福祉協議会  
電話: 042-705-3315

### 12 出 南

#### 発達障害・引きこもりの集い「ミモザ」

悩みや日々の話題を話しあい、交流・情報交換をしていきます。ご家族友人等の参加もOKです。

問合せ先 社会福祉協議会中央ボランティアセンター  
電話: 042-796-6181

### 13 出 緑

#### しろやまふれあい農園

畑の作業を通じて交流できる場づくりを行なっています。野菜づくりに興味のある方のほか、外に出る機会の少ない方など、大歓迎です。

問合せ先 城山地区社会福祉協議会  
電話: 042-783-1212

## 病気・障がい

### 17 相 緑 中 南

緑障害者相談支援キーステーション  
中央障害者相談支援キーステーション  
南障害者相談支援キーステーション

障がいのある方のために専門的な相談支援を行います。  
相談支援専門員が相談者と一緒により良い方法を考え、一緒に取り組みながら、継続して地域での生活を支援します。

問合せ先  
緑障害者相談支援キーステーション  
電話: 042-703-0150  
中央障害者相談支援キーステーション  
電話: 042-704-8611  
南障害者相談支援キーステーション  
電話: 042-705-5960

### 18 相 緑 中 南

マップは②をご覧ください

#### 精神保健相談

精神的な不調を抱えている方やそのご家族等を対象に、精神科医による心の健康相談が受けられます。  
※精神科のかかりつけ医がない方 ※予約制

問合せ先  
緑高齢・障害者相談課(精神保健福祉班)  
電話: 042-775-8811  
津久井高齢・障害者相談課(障害福祉班)  
電話: 042-780-1412  
中央高齢・障害者相談課(精神保健福祉班)  
電話: 042-769-9806  
南高齢・障害者相談課(精神保健福祉班)  
電話: 042-701-7715

## 介護・高齢者

### 19 相 緑 中 南

マップは◆印をご覧ください

#### 地域包括支援センター

高齢者等の介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から総合的に支えるための窓口です。家族や周りの人も相談できます。  
※詳細につきましては、市のホームページをご確認ください。

問合せ先  
緑高齢・障害者相談課(高齢福祉班)  
電話: 042-775-8812  
津久井高齢・障害者相談課(地域・高齢福祉班)  
電話: 042-780-1408  
中央高齢・障害者相談課(高齢福祉班)  
電話: 042-769-8349  
南高齢・障害者相談課(高齢福祉班)  
電話: 042-701-7704