

精神保健福祉関係ガイド

制度・サービスについて



相模原市マスコットキャラクター
さがみん

相 模 原 市

「精神保健福祉関係ガイド」は、精神保健及び精神障害者福祉に特化した制度やサービスの利用等の情報を掲載したガイドブックです。このガイドブックに掲載されていない制度やサービスもございますので、「障害のある方のための福祉のしおり」もあわせてご覧ください。

目 次

1	相談窓口	1
	(1) 精神保健福祉に関する相談窓口	1
	(2) その他各種窓口	2
2	精神障害者保健福祉手帳	4
	(1) 精神障害者保健福祉手帳の概要	4
	(2) 精神障害者保健福祉手帳で受けられる主なサービス	5
3	その他支援制度	12
	(1) 経済的支援に関すること	12
	(2) 生活支援・向上に関すること	13
	(3) 就労に関すること	16
4	精神保健福祉関係の自助グループ等関係団体	17

1 相談窓口

(1) 精神保健福祉に関する相談窓口

精神障害者保健福祉手帳や自立支援医療（精神通院医療）の申請受付を行っているほか、精神保健福祉に関する相談（訪問含む）、精神保健福祉の講演会や制度・サービスの情報提供、障害福祉サービスの申請から決定等を行っています。

お住まいの地区	窓口の名称 所在地・電話／ファクス	手帳	自立 支援 医療	相談
橋本、大沢地区 にお住まいの方	緑高齢・障害者相談課 精神保健福祉班 〒252-5177 緑区西橋本 5-3-21 緑区合同庁舎 3 階 042 (775) 8811 / 042 (775) 1750	○	○	○
城山地区 にお住まいの方	城山福祉相談センター 〒252-5192 緑区久保沢 1-3-1 城山総合事務所本館 1 階 042 (783) 8136 / 042 (783) 1720	○	○	—
津久井地区 にお住まいの方	津久井高齢・障害者相談課 〒252-5172 緑区中野 613-2 津久井保健センター 1 階 042 (780) 1412 / 042 (784) 1222	○	○	○
相模湖地区 にお住まいの方	相模湖福祉相談センター 〒252-5162 緑区与瀬 896 相模湖総合事務所 2 階 042 (684) 3215 / 042 (684) 3618	○	○	—
藤野地区 にお住まいの方	藤野福祉相談センター 〒252-5152 緑区小淵 2000 藤野総合事務所 2 階 042 (687) 5511 / 042 (687) 4347	○	○	—
中央区 にお住まいの方	中央高齢・障害者相談課 精神保健福祉班 〒252-5277 中央区富士見 6-1-1 ウェルネスさがみはら A 館 1 階 042 (769) 9806 / 042 (755) 4888	○	○	○
南区 にお住まいの方	南高齢・障害者相談課 精神保健福祉班 〒252-0303 南区相模大野 6-22-1 南保健福祉センター 3 階 042 (701) 7715 / 042 (701) 7705	○	○	○

※精神障害者保健福祉手帳の申請手続き・交付及び自立支援医療（精神通院医療）の申請手続きは各課・各福祉相談センターで行っています。

※城山地区にお住まいの方の精神保健福祉に関するご相談等は、緑高齢・障害者相談課でお受けします。

※相模湖・藤野地区にお住まいの方の精神保健福祉に関するご相談等は、津久井高齢・障害者相談課でお受けします。

(2) その他各種相談窓口

窓口名称		内容	連絡先
精神保健福祉センター		思春期・ひきこもり特定相談、アルコール・薬物・ギャンブル依存に関する特定相談や家族教室、回復支援プログラム等を行っています。いずれも予約制になっていますので、事前連絡が必要です。	042 (769) 9818
障害者支援センター松が丘園		障害のある方のその人らしい地域の暮らしを支援するため、就労や生活など、地域で必要となる様々な相談を行っています。	042 (758) 2121
障害者相談支援キーテーション		障害の種別に関わらず各種ニーズに対応できる総合的かつ専門的な相談支援を行っています。	緑区 : 042 (703) 0150 中央区 : 042 (704) 8611 南区 : 042 (705) 5960 月～金 8:30～17:00
発達障害支援センター		高校生年齢以降の発達障害のある人とその家族に対する相談支援、発達支援、就労支援を行っています。	042 (756) 8411
地域活動支援センター I型	地域活動支援センターカミング	精神障害者の方の毎日の暮らしの中で生じる生活に関する相談、悩み事の相談や趣味のプログラムなどを行っています。	中央区淵野辺 4-15-6 ヴィーナス 2 階 042 (759) 5117 月・水 13:00～19:00 木 13:00～17:00 土・日・祝 10:00～17:00
	相模原市立南障害者地域活動支援センター(みなみ風)		南区南台 4-12-54 市営南台団地 4 号棟 1 階 042 (701) 3917 火・水・金 13:00～20:00 土・日・祝 10:00～17:00
	橋本障害者地域活動支援センターぱらす★かわせみ		緑区橋本 6-36-1 グラントーレ橋本 2 階 A 042 (703) 5556 月～金・第一土曜日 9:00～17:00
	相模原市立緑第一障害者地域活動支援センター		緑区与瀬 1010-1 042 (684) 3581 月～土 9:30～18:00
相模原市社会福祉協議会		日常生活費の出し入れの代行や財産の保全等を行う「日常生活自立支援事業」の他、弁護士による権利擁護相談を行っています。また、生活資金の貸付やふれあいサービス(有料の家事援助サービス)などを行っています。	事業及びお住まいの地区によって相談窓口が異なります。詳しくは、12 ページをご覧ください。

窓口名称	内容	連絡先
こころのホットライン (相模原市自殺予防電話 相談)	さまざまな不安や生きづらさを抱えている人、身近な人を自死(自殺)で亡くした方のお話を伺い、お気持ちに寄り添います。	042 (769) 9819 毎日 17:00~22:00 ※年末年始を除く ※受付は21:30 まで
いのちの電話	「こころ」が、苦しみ、悩み、寂しさで一杯になったら、いつでも、だれでもどこからでも、かけられます。(年中無休 24 時間対応で電話相談を行っています。)	横浜いのちの電話 045 (335) 4343 川崎いのちの電話 044 (733) 4343
東京自殺防止センター	不安や孤独感に追い詰められた、つらい気持ちを話したい方に、電話相談を行っています。	03 (5286) 9090 年中無休 20:00~深夜2:30 ※月は22:30~深夜2:30 ※火は17:00~深夜2:30
ひきこもり支援ステーション	原則 18~64 歳のひきこもり状態にある本人と、その家族および支援者の方を対象に、ひきこもりに関する相談を行っています。	042 (769) 6632 月~金 10:00~12:00 13:00~16:00



2 精神障害者保健福祉手帳

(1) 精神障害者保健福祉手帳の概要

精神障害のため長期にわたって日常生活または社会生活に困難が生じている人が対象となり、一定の障害があることを証明するものです。精神障害者保健福祉手帳を持っていることにより、様々な支援を受けることができますので、精神障害のある方が自立して生活し、社会参加するための手助けとなります。

【申請に必要なもの】

申請には、本人の身分が確認できる書類（代理人が申請する場合は代理人の身分を確認できる書類）のほか、申請の事由により、以下の書類が必要です。

申請の事由 手続きに必要なもの	新規	更新・再承認	等級変更	住所変更	氏名変更	再交付（紛失等）	転入	転出・返還（死亡等）
精神障害者保健福祉手帳交付等申請（届出）書 ※1	○	○	○	○	○	○	○	○
診断書（精神障害者保健福祉手帳用） ※2	○	○	○					
現在お持ちの精神障害者保健福祉手帳		○	○	○	○	※4	○	○
ご本人の写真 ※3 （縦 4cm×横 3cm、脱帽、上半身、1 年以内のもの）	○	※3	○			○	○	
マイナンバー制度における本人確認書類 ※4	○	○	○	○	○	○	○	○

※1 様式は、各申請窓口にあります。市のホームページからもダウンロードできます。

※2 手帳申請の際の診断書の作成日は、精神障害に係る初診日から 6 カ月を経過している必要があります。また、精神障害を理由に障害年金や特別障害給付金を受給している人は、診断書の代わりに次の書類を確認させていただくことで申請ができます。なお、成年後見人等が障害年金の書類で申請される場合は、登記事項証明書をご用意ください。

○障害年金証書及び障害年金の振込通知書又は支払通知書

○障害年金証書についての照会に関する同意書

※3 更新、再承認の場合には写真は不要ですが、汚れや破損などで手帳を新しく作成される場合には必要となります。また、カード様式の手帳をご希望の場合は、申請時に写真をお持ちください。（写真貼付を希望しない場合は不要）

※4 紛失以外の事由で再交付を希望される場合は、現在お持ちの精神障害者保健福祉手帳が必要です。

【有効期限】

有効期間は原則として 2 年です。更新申請は、有効期間満了の 3 カ月前から手続きできますので、期限が切れる前にお早めに手続きしてください。期限が切れた再承認の場合は、再度承認されるまでの間は、資格を喪失しますので、ご注意ください。（手帳を根拠にした様々なサービスも、その間は受けられなくなります。）

【申請先】

お住まいの地区の相談窓口（1 ページ参照）

(2) 精神障害者保健福祉手帳で受けられる主なサービス

①医療に関するサービス

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等
	1 級	2 級	3 級	
後期高齢者医療制度の医療給付 ・ 65 歳から	○	○		国保年金課後期高齢班・後期コールセンター 042 (707) 8787 城山福祉相談センター 042 (783) 8136 津久井高齢・障害者相談課 042 (780) 1408 相模湖福祉相談センター 042 (684) 3215 藤野福祉相談センター 042 (687) 5511
重度障害者医療費助成制度★ ※健康保険を使用し医療機関に支払った医療費（保険対象）の自己負担分を助成します。 ※差額ベッド代などの保険診療外の医療費や入院時の食事代などは助成の対象外です。	○	○		お住まいの地区の相談窓口 (1 ページ参照)

★重度障害者医療費助成制度の注意事項

- ・ 精神障害者保健福祉手帳の 1 級または 2 級に該当することになった年齢が 65 歳以上の場合は、対象外となります。
- ・ 令和 8 年 10 月から、18 歳に達する日以降の最初の 3 月 31 日を過ぎている受給者に対して、特別障害者手当に準拠した所得制限が導入されます。

②手当・年金に関するサービス

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等
	1 級	2 級	3 級	
特別障害者手当 月額 29,590 円 ※所得による支給制限等あり	20 歳以上で国民年金の 1 級程度の障害が重複するなど、著しい重度の障害状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方			お住まいの地区の相談窓口 (1 ページ参照)
障害児福祉手当 月額 16,600 円 ※所得による支給制限等あり	20 歳未満で最重度の障害状態にあるため、日常生活において常時の介護を必要とする在宅の方			
神奈川県在宅重度障害者等手当 年額 60,000 円 ※所得による支給制限等あり	毎年 8 月 1 日現在で継続して 6 カ月以上県内に居住し、1 級程度の障害が重複する方 ※65 歳以上で新規に障害者になった方を除く			

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等									
	1 級	2 級	3 級										
市重度障害者等福祉手当 【支給月】 9 月（4～9 月分） 3 月（10～3 月分） ※障害者施策の見直し及び転換に伴い、相模原市重度障害者手当は廃止することになりました。令和 6 年 10 月 1 日以後は新規の申請はできません。廃止前に受給されている方には、経過措置として令和 8 年 9 月まで次の額が支給されます。	月額 2,500 円	月額 2,500 円	月額 1,500 円	お住まいの地区の相談窓口 （1 ページ参照）									
<table><tr><td></td><td>令和7年4月から</td><td>令和8年10月</td></tr><tr><td>重度(月額)</td><td>2,500円</td><td>支給終了</td></tr><tr><td>中度(月額)</td><td>1,500円</td><td>支給終了</td></tr></table> ※本市に住所を有する方で、障害の程度が該当する方に支給されます。ただし、施設（児童施設、生活保護施設、障害者施設、高齢者施設（特養等））に入所している方、国手当を受給されている方には支給されません。						令和7年4月から	令和8年10月	重度(月額)	2,500円	支給終了	中度(月額)	1,500円	支給終了
	令和7年4月から	令和8年10月											
重度(月額)	2,500円	支給終了											
中度(月額)	1,500円	支給終了											
特別児童扶養手当 月額 56,800 円（重度） 37,830 円（中度） ※所得による支給制限等あり	障害の程度が国で定める状態にある 20 歳未満の児童を養育している方			お住まいの地区の相談窓口 （1 ページ参照）									
児童扶養手当 給付月額が所得、扶養人数により変動 ※所得による支給制限等あり	・父又は母に一定程度の障害があり児童を養育している方 ・離婚や死別等により、父又は母と生計を別に行っている児童を養育している方			緑区にお住まいの方 緑子育て支援センター 042（775）8813 042（783）8060（城山地区） 042（780）1420（津久井地区） 042（684）3737（相模湖地区） 042（687）5515（藤野地区） 中央区にお住まいの方 中央子育て支援センター 042（769）9267 南区にお住まいの方 南子育て支援センター 042（701）7723									

③税制上の優遇措置

サービスの内容		手帳等級			申請窓口等
		1級	2級	3級	
所得税	所得税の障害者控除 ※本人か本人を扶養している者が対象	控除額 40万円	控除額 27万円	控除額 27万円	相模原税務署 042 (756) 8211 ※税務署(確定申告)または事業所給与担当(源泉徴収) ※確定申告(給与所得者は年末調整)時に、申告書に手帳所持の旨記入。
	所得税の同居特別障害者控除 ※配偶者又は扶養親族が同居の特別障害者の場合	控除額 75万円	—	—	
住民税	住民税の障害者控除 ※本人か本人を扶養している者が対象	控除額 30万円	控除額 26万円	控除額 26万円	市民税課 042 (769) 8221 ※所得税の障害者控除が年末調整又は確定申告で行われていれば、改めて市民税の申告をする必要はありません。
	住民税の同居特別障害者控除 ※配偶者又は扶養親族が同居の特別障害者の場合	控除額 53万円	—	—	
自動車・軽自動車税	自動車税(環境性能割・種別割) 軽自動車税(環境性能割) ※本人または生計同一者が取得・所有する車で、本人の通院等に生計同一者が運転する場合	○	—	—	相模原県税事務所 042 (745) 1111 (代表) 相模原県税事務所津久井支所 042 (784) 1111 (代表) 自動車税コールセンター 045 (973) 7110 (問合せのみ)
	軽自動車税(種別割)の減免 ※本人または生計同一者が取得・所有する車で、本人の通院等に生計同一者が運転する場合	○	—	—	緑区にお住まいの方 緑市税事務所 042 (775) 8806 ※城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンターでも相談できます 中央区にお住まいの方 市民税課 042 (769) 8297 南区にお住まいの方 南市税事務所 042 (749) 2161
その他	相続税の障害者控除	○	○	○	相模原税務署 042 (756) 8211
	贈与税の非課税	○	○	○	贈与者が特定障害者扶養信託契約を締結している信託会社
	預貯金利子所得の非課税	○	○	○	銀行・ゆうちょ銀行 ※新規口座開設に限る。マイナンバー必要。

④公共料金・公共施設の優遇

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等
	1 級	2 級	3 級	
県営水道料金の減免 ※基本料金とその消費税相当額 ※精神障害者保健福祉手帳2級、療育手帳（B1・B2）、身体障害者手帳（3級）のうち2つ以上をお一人でお持ちの方がいる世帯。	○	△	—	相模原水道営業所 042（755）1132 相模原南水道営業所 042（745）1111 津久井水道営業所 042（784）4822
公共下水道料金の減免 ※基本料金とその消費税相当額	○	—	—	下水道料金課 042（769）8376
NTT電話番号案内の無料	○	○	○	NTT 東日本ふれあい案内担当 （0120）104-174
携帯電話基本使用料等の割引	○	○	○	携帯電話各社 （格安携帯は除外）
市内公共施設等の障害者割引 ※個人使用料が無料になったり、割引が受けられたりします。 ※施設によっては、本人の介護者も割引となる場合があります。	【緑区】 ・ほねごりアリーナ（北総合体育館） ・小倉プール ・LCA国際小学校北の丘センター（北市民健康文化センター） ・サン・エールさがみはら ・ふじのマレットゴルフ場 ・藤野やまなみ温泉 ・青根緑の休暇村いやしの湯 ・小原プール 【中央区】 ・小山公園ニュースポーツ広場 ・銀河アリーナ ・けやき体育館 ・相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはら ・サーティフォー相模原球場体育室 ・さがみはらグリーンプール ・博物館プラネタリウム 【南区】 ・古淵鶴野森公園屋外水泳プール ・相模原ギオンスタジアム ・相模原ギオンフィールド ・相模原麻溝公園動物広場（ふれあい動物広場） ・市民健康文化センター ・相模原ギオンアリーナ ・新磯ふれあいセンター（れんげの里あらいそ内）			【利用方法】 各施設を利用するときに手帳を提示

サービスの内容		手帳等級			申請窓口等
		1 級	2 級	3 級	
NHK受信料の免除	全額免除 ※世帯構成員全員が市民税非課税世帯の場合	○	○	○	NHKふれあいセンター 0570 (077) 077 ※NHKに申請する前に、あらかじめ資格証明書をお住まいの地区の相談窓口(1 ページ参照)で受ける必要があります。 ※NHKでの郵送対応も可能
	半額免除 ※世帯主が 1 級所持かつ受信契約者の場合	○	—	—	

⑤自動車・公共交通

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等
	1 級	2 級	3 級	
バス運賃の割引 ※本人および介護人の運賃 割引率 50% ※バス事業者により割引制度・割引率 が異なる場合がある	○	○	○	【利用方法】 運賃支払い時に手帳を提示
タクシー運賃の割引 ※割引率 10% ※一部のタクシー会社	○	○	○	【利用方法】 乗車時、手帳をタクシー乗 務員に提示
鉄道運賃の割引 ①第 1 種障害者とその介護者（1 級） 本人のみ乗車 片道 100 キロを超え る場合 5 割引 介護者と同乗 本人、介護者ともに 5 割引（距離制限なし） ②第 2 種障害者（2 級、3 級） 本人のみ乗車 片道 100 キロを超え る場合 5 割引 ※介護者の割引なし ※定期乗車券、回数乗車券の割引は鉄 道会社により異なる	○	○	○	【利用方法】 きっぷ 発券窓口（有人）に手帳を提 示し、購入 IC カード 出場駅の改札窓口で手帳を 提示
福祉タクシー利用助成 ※利用券 500 円×6 枚／月 ※申請月～翌年 3 月分まで	○	○	—	福祉タクシー利用助成または 自動車燃料費助成のどちらか を選択 ※毎年度申請が必要 ※施設（児童施設、生活保護施設、 障害者施設、高齢者施設（特養 等））に入所している方には支 給されません。
自動車燃料費助成 ※【本人運転（自動車検査証使用者が 本人）の場合】 利用券 1,000 円×2 枚／月 ※【他者運転（自動車検査証使用者が 本人以外個人）の場合】 利用券 1,000 円×1 枚／月 ※申請月～翌年 3 月分まで	○	○	—	
国内航空運賃の割引 ※割引対象や割引運賃は航空会社や 路線により異なる	○	○	○	【利用方法】 航空券購入窓口で手帳を提 示
市営自動車駐車場料金の優遇 ※駐車料基本料金のうち最初の 2 時間 分が無料	○	—	—	【利用方法】 駐車場から出庫時、手帳を 提示
市営自転車駐輪場料金の優遇 ※定期利用の利用料が 50%割引	○	○	○	【利用方法】 各駐輪場で定期利用の申し 込み時に手帳を提示
駐車禁止除外指定車の指定 ※1 級の手帳を所持している者のう ち、自立支援医療（精神通院医療） の支給を受けている者に限る	△	—	—	お住まいの地区を管轄する警 察署の交通課

かながわ障害者等用駐車区画利用証制度（パーキング・パーミット制度）	○	—	—	【利用方法】 電子申請、郵送申請 神奈川県ホームページから申請 市役所窓口での申請 交付申請書に必要な書類を持参の上、各相談課、福祉相談センターで窓口申請
--	---	---	---	--

⑥その他

サービスの内容	手帳等級			申請窓口等
	1級	2級	3級	
市営・県営住宅入居当選率の優遇 ※市営住宅は1級、2級が対象 ※県営住宅は1級、2級、3級が対象	○	○	△	市営住宅について 住宅課 042（769）8256 県営住宅について かながわ土地建物保全協会 045（201）3673
日常生活用具の給付 ※対象品目は頭部保護帽、火災警報機、自動消火器、電磁調理器 ※所得に応じて自己負担や利用できない場合あり	△	△	—	お住まいの地区の相談窓口 （1ページ参照）
粗大ごみ福祉ふれあい収集 ※粗大ごみを建物内から搬出し、収集 ※収集運搬等に係る処理手数料は有料	※ひとり暮らし、または家族全員の方が手帳を取得している等の要件を満たす場合			粗大ごみ受付事務所 042（774）9933

3 その他支援制度

(1) 経済的支援に関すること

制度名	内容	問合せ先・窓口
自立支援医療（精神通院医療）	精神科等に通院している場合、保険診療の自己負担分が原則医療費の1割となり、月額自己負担上限額が設定されます。但し、保険適用となるものに限り、入院医療費は該当しません。 毎年の更新が必要ですが、診断書の提出は2年に1度です。有効期限の3か月前から更新申請ができます。	お住まいの地区の相談窓口（1ページ参照）
入院医療援護金制度	精神保健福祉法に基づき入院している精神障害者が次の条件を満たす場合、その入院医療費の一部（月額10,000円）を支給するものです。 【条件】 ①相模原市に住民登録があること。 ②精神科病院又は一般病院の併設精神科病棟に現に「任意入院」又は「医療保護入院」しており、同一の病院に月に20日以上入院していること。 ③世帯全員の申請年度（4月から6月までに申請する場合は前年度）の市町村民税所得割額を合算した額が、10万4,400円以下であること。 ④医療費（食事療養費を除く）の自己負担額が月額1万円以上であること。 ※重度障害者医療費助成制度等の医療費助成制度の利用対象者は支給対象外です。 ※申請月からの適用になります。退院後、遡っての申請は出来ません。	入院している病院窓口 または 精神保健福祉課 042（769）9813
生活保護制度	病気や怪我で働けない方や、生活に困っている方に生活費等を援助し、自立して生活できるように支援する制度です。 年齢や家族構成、収入等により内容が異なります。	緑生活支援課 042（775）8809 緑生活支援課保護第3班 ※津久井地域にお住まいの方 042（780）1407 中央生活支援課 042（707）7056 南生活支援課 042（701）7720

制度名	内容	問合せ先・窓口
障害厚生年金・障害共済年金・障害基礎年金・特別障害給付金	病気やケガにより、定められた障害程度に該当し、保険料納付要件を満たしている場合に支給されます。詳しくは窓口へお問い合わせください。なお、障害の程度（等級）は、手帳の障害者等級とは異なります。 ※厚生年金・共済組合加入期間中に初診日がある方 ※国民年金第3号被保険者期間中に初診日がある方 →相模原年金事務所、または、ねんきんサテライト相模原中央 ※各共済組合加入中に初診日がある方 →各共済組合 ※上記以外の方 →国保年金課	相模原年金事務所 042 (745) 8101 ねんきんサテライト 相模原中央 中央区相模原 6-22-9 朝日相模原ビル1階 ※電話・FAXによる相談は受け付けていません 国保年金課 042 (769) 8228
在日外国人障害者等福祉給付金 月額 38,000 円（重度） 26,000 円（中度） ※所得による支給制限等あり	国民年金を受けるために必要な要件を制度上満たすことができない方（国籍要件や居住要件により加入できなかった方）で、重度または中度の障害がある方	高齢・障害者支援課 042 (769) 8272

（２）生活支援・向上に関すること

制度名	内容	問合せ先・窓口
障害福祉サービス	介護給付 ○居宅介護（ホームヘルプ） ○短期入所（ショートステイ） ○生活介護 ○行動援護 等 ※利用料として原則1割負担、所得に応じて負担上限月額が設定されています。事前にお問合せください。	お住まいの地区の相談窓口（1ページ参照）
	訓練等給付 ○共同生活援助（グループホーム） ○自立訓練（生活訓練） ○就労移行支援 ○就労継続支援（A型・B型） 等 ※利用料として原則1割負担、所得に応じて負担上限月額が設定されています。事前にお問合せください。	

制度名		内容	問合せ先・窓口
相談支援	地域相談支援 (指定事業所あり)	○地域移行支援 精神科病院に入院中の方、障害者施設に入所をしている障害者に対し、地域における生活に移行するための活動に関する相談等の支援を行います。 ○地域定着支援 居宅で一人暮らししている障害者等に対し、夜間も含む緊急時における連絡、相談等の支援を行います。	
	計画相談支援 (指定事業所あり)	障害者の状況に応じて利用する障害福祉サービスのサービス利用計画を作成します。また、一定期間ごとにモニタリングを行い、必要に応じて計画の変更等を行います。	
在宅福祉サービス		○移動支援事業（ガイドヘルプ） 精神保健福祉手帳（1～3級）を所持している方、またはこれに準じる方が、以下のような社会生活上必要不可欠な外出や、社会参加等の余暇活動に関する外出時に必要な支援を行います。 学校行事、家計や住居の維持に係る手続き・相談、生活必需品の買い物、理容・美容、就職・就学のための活動、冠婚葬祭、墓参り等の社会的慣習、余暇活動 ※ただし、宿泊を伴う外出、通学等で通年かつ長期にわたる外出等、対象とならない内容があります。 ※利用者負担・交通費負担等があります。 ○相談支援事業 さまざまな相談に応じます。 ○日中短期入所事業 障害者又は障害児を一時的に預かることにより、障害者等に日中活動の場を提供し、見守り及び社会に適応するための日常的な訓練等を行います。 ○障害者一時ケア事業 市内の障害児者の保護者や家族等の社会参加や休養等のために、一時ケア実施団体が、障害児者を一時的に介護します。 ※医療的ケアが必要な方は利用できないことがありますので、事前にお問い合わせください。	お住まいの地区の相談窓口 (1ページ参照)

制度名	内容	問合せ先・窓口
日常生活自立支援事業	判断能力が不十分な障がいのある方のために福祉サービスの利用手続きや日常生活費の管理、定期預金などの重要書類の保管を行います。 ○福祉サービス利用援助・日常的金銭管理サービス ※1回1,500円 (生活保護世帯は月2回まで無料) ○書類等預かりサービス ※月額500円 (利用者都合による開封の場合別途500円)	(中央区・南区の方) 市社会福祉協議会 さがみはら成年後見・ あんしんセンター 042(756)5034
ふれあいサービス(有料家事援助・介助サービス)	市民の協力による会員制の有料の家事援助サービスです。年会費1,500円で利用料金は基本時間30分450円です。 ※利用にあたり、事前面接等が必要です。	市社会福祉協議会事務所(ふれあいサービスセンター) 042(756)5098 緑区事務所 ※緑区にお住まいの方 042(775)8601 南区事務所 ※南区にお住まいの方 042(765)7065
給食サービス ※1級または2級の手帳を所持し、ひとり暮らしまたは家族等から食事の提供が受けられない状況にあり、自分で食事の支度をするのが困難な方	週4回以内、1食あたり500円で、給食を自宅まで直接お届けします。 ※利用にあたり、障害者在宅福祉サービス総合利用登録が必要です。 ※城山・津久井・相模湖・藤野地区にお住まいの方はサービス内容が異なりますので詳しくは各課・各福祉相談センターへお問い合わせください。	お住まいの地区の相談窓口(1ページ参照)
福祉有償運送(移送サービス)	NPO法人や社会福祉法人等が会員登録した単独で公共交通機関を利用して移動することが困難な方を対象に通院、通所、余暇などの目的に有償で行う自家用自動車による移送サービスです。サービスに関する詳細は市ホームページでご確認ください。 https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/_res/projects/default_project/_page/001/006/503/r5.pdf ※利用にあたり事業者ごとに利用登録、利用者負担などの要件がありますので、詳しくは各事業所へお問い合わせください。	各事業所

(3) 就労に関すること

制度名等	内容	問合せ先・窓口
ハローワーク相模原 (相模原公共職業安定所)	障害者の職業相談・紹介を行う専門援助部門があります。(求職登録するには、手帳の所持もしくは主治医の意見書が必要です) 求職登録後、公共職業訓練のあっせん、ジョブコーチ支援等の各種支援策も活用し、職業相談、職業紹介を行っています。	042 (776) 8609
障害者支援センター松が丘園等の就労相談等	就労を希望される方を対象に、就労に関する相談、適性にあった就労先の開拓・紹介、職場実習への同行、職場定着のための定期訪問などの援助を行います。 ・相模原障害者就業・生活支援センター ・就労援助センター ・相模原無料職業紹介センター松が丘園 ・障害者地域就労援助・けやき相談センター	障害者支援センター松が丘園 042 (758) 2121 緑障害者相談支援キー ステーション 042 (703) 0150 けやき体育館 042 (763) 9030
さがみはら若者サポートステーション	働くこと・自立に悩む若者(15～39歳)及び就職氷河期世代(40～49歳)とその家族を対象に個別相談と各種プログラムの2本立てで職業的自立支援を行っています。 ※利用は予約・登録制、初回相談は予約が必要	042 (703) 3861
神奈川障害者職業能力開発校	就職に必要な知識・技術・技能を習得し社会参加と職業的自立ができるように、訓練を行っています。総合CAD、Web・DTP制作、ビジネス実務等の各コースを半年から1年かけて学びます。	042 (744) 1243
神奈川障害者職業センター	職業相談・職業能力評価に基づき就労までの支援及び就労後のフォローアップを行っています。	042 (745) 3131 ※予約制
相模原地域産業保健センタ ー	相模原市の中小企業等に勤務する人を対象に、職場復帰のサポートとして個別・集団相談を行っています。	042 (707) 4225 ※予約制

4 精神保健福祉関係の自助グループ等関係団体

ここに掲載した団体の他にもいろいろな自助グループがありますので、インターネットで検索するなどしてご確認ください。各団体の最新の活動状況は、代表者等にご確認願います。

相模原市 障害への理解を進める情報発信サイト さーくる

障害理解に関するイベントや障害者スポーツ、文化活動、障害者団体の活動などの情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

さーくる 障害理解
検索

名称	活動内容	問合せ先
あしたば会（相模原市精神障がい者仲間の会）	あしたば会は、精神障がい者及び会の主旨に賛同されている方の仲間の会です。『一人ぼっちをなくそう』をスローガンのもと、親睦を深めたり、啓発活動を行っています。フリースペース「みーと」やイベント等を開催しています。例会等の場所・時間はお問い合わせください。 https://sagamiharashi-shougai.com/member/ashitaba	相模原市精神障がい者仲間の会（あしたば会）事務局 042（759）5177 （地域活動支援センターカミング内）
ボルトナット会	ボルトナット会は精神障害者の親睦と協調の活動、精神保健に関する知識を深めるための活動、地域住民への啓発活動などを行っています。例会等の場所・時間はお問い合わせください。	緑第一障害者地域活動支援センター 042（684）3581
相模原市精神保健福祉家族会みどり会	相模原市精神保健福祉家族会みどり会は、精神障害者を抱える家族の会です。同じ悩みを持つ者が経験を分かち合い、励ましあって、大切な家族が自分らしく地域で暮らしていけるよう活動しています。例会の場所・時間はお問い合わせください。	会長 定形さん 090（5581）1249
四つ葉会	四つ葉会は、精神障害者をもつ家族の悩み、苦しみ等を話し合い、勉強する場です。例会の場所・時間はお問い合わせください。	代表 蛭川さん 042（784）7388
ピアサポートグループピアカム	ピアカムは市内でピアサポート活動を行っているグループです。似た立場の仲間が面接や電話相談等を通じ、生活上の色々な問題に対してみんなが暮らしやすい地域社会を目指しています、活動内容の詳細はホームページをご覧ください。 http://coming.no.coocan.jp/peercam.html	地域活動支援センターカミング 042（759）5117

名称	活動内容	問合せ先
ぱらす★かわせみ 高次脳機能障害当事者・家族のためのフリースペース	高次脳機能障害のある方や、そのご家族を対象に日常の困りごとや相談したいこと、なんでも気軽に話せる場として、フリースペースを開催しています。専門機関職員との個別相談もできます（要予約）。開催日・活動内容の詳細はホームページをご覧ください。 https://www.kawasemikai.org	橋本障害地域活動支援センターぱらす★かわせみ 042 (703) 5556
さがみはら わかち合いの会 （自死遺族の集い）	さがみはら わかち合いの会は、身近な人、大切な人を自死によって亡くされた方々が集い、安心して胸のうちをわかち合い、語れる場です。参加無料、予約不要、匿名可、秘密は厳守いたします。 <開催日時> 奇数月 原則第2木曜日 14:00～15:30 <開催場所> 杜のホールはしもと セミナールーム2 ※市外で開催している自死遺族の集いについてはお問い合わせください。	精神保健福祉センター 042 (769) 9818
精神保健ボランティアグループひびき	精神保健ボランティアグループひびきは、精神保健ボランティア講座修了者で集まり、心病む人達の友人、隣人として交流を深め、障害者の住みやすい地域社会を作り出すことを目的に当事者の活動への協力、支援を行っています。	中央ボランティアセンター （相模原市社会福祉協議会内） 042 (786) 6181
精神保健ボランティアふきのとう	精神保健ボランティアふきのとうは地域にお住いの精神障害者の方へのボランティアグループです。勉強会、交流会等行っています。例会の場所・時間はお問い合わせください。	相模原市社会福祉協議会 城山地域事務所 042 (783) 1212
相模原断酒新生会	相模原断酒新生会は、アルコール依存症者、家族が集まり、体験談を語り合いながら断酒継続を目指すグループです。 定例会は毎週火曜日（18:00～20:00）けやき会館3階「相模原市民活動サポートセンター」で行っていますので、直接お越しください。県の酒害相談員になっています。	会長 齊藤さん 090 (6039) 6757
AA （アルコホーリス・アノニマス）	飲酒の問題があり、飲酒のとりわれから回復しようという人たちの自助グループです。（自分たちの体験談を話す場です。）	AA関東甲信越セントラルオフィス （月）（火）（金）（土）12:00～17:30 03 (5957) 3506 http://aa-kkse.net
アラノン家族グループ	アラノンはアルコール依存の問題を持つ人の家族と親しい友人がお互いの共通の問題を解決していく自助グループです。ミーティングの会場・時間はホームページでご確認の上、お問い合わせください。	アラノン・ジャパンGSO 045 (642) 8777

名称	活動内容	問合せ先
NA (ナルコティクス・アノニマス)	NAは12のステップと12の伝統に表された原理をもとに体験談を語りながら薬物依存症から回復を目指す国際的かつ地域に根ざした集まりです。ミーティング等の場所・時間は、ホームページで確認するか、お問い合わせください。 https://najapan.org	NA日本リージョン・セントラル・オフィス 03 (3902) 8869
ナラノンファミリーグループジャパン	ナラノンファミリーグループは身近な人の薬物依存の問題によって影響をうけてきた、または今も受けている家族や友人たちのための集まりです。ミーティング会場の場所・時間は、ホームページで確認するか、お問い合わせください。 http://nar-anon.jp/	ナラノンファミリーグループジャパン (NSO) 03 (5951) 3571 ※月水金：11:00～15:00 祝祭日休み
GA (ギャンブラーズ・アノニマス)	GAはミーティング、体験談を語り合いながら強迫的ギャンブルから回復を目指す人が集う自助グループです。例会等の場所・時間はホームページで確認するか、お問い合わせください。 http://www.gajapan.jp	GA日本インフォメーションセンター ファクス：046 (263) 3781 ※電話での問い合わせは受けておりません。
ギャマノン (GAM-ANON)	ギャマノンはギャンブルの問題の影響を受けた家族・友人のための自助グループです。ミーティングの場所・時間はホームページで確認するか、お問い合わせください。 https://gam-anon.jp	ギャマノン日本サービスオフィス 03 (6659) 4879 ※毎週月・木 10:00～12:00 のみ対応
ひだまりカフェ	ひだまりカフェは、摂食障害の当事者、家族がそれぞれ月1回気軽ににおしゃべりする場所です。本人の会は毎月第4火曜日、家族の会は毎月第2火曜日にアートフォーラムあざみ野で開催しています。開催時間は10:00～12:00。	男女共同参画センター横浜北 045 (910) 5700
ゲームをやめる会	ゲームをやめる会は、ネットゲーム等、コンピューターゲームをやめたいと願う人のための自助グループです。経験を分かち合うことで、お互いに助け合うことができます。例会等の場所・時間はホームページでご確認の上、直接会場へお越しください。 https://www.just.or.jp	J U S T事務局 support@just.or.jp
相模原ダルク	相模原ダルクは、薬物・アルコール・ギャンブルに依存してしまい、社会生活がままならなくなった人々が、様々なプログラムを通じて、回復や社会復帰をするための入寮・通所型の依存症回復施設です。施設や事業内容についてはホームページで確認するか、お問い合わせください。 https://s-darc.com/	相模原ダルク 042 (707) 0391

名称	活動内容	問合せ先
特定非営利活動法人 横浜マック	特定非営利活動法人横浜マックは、アルコール・薬物等の依存の問題で苦しんでいる人を支援するリハビリ施設です。相談やサポートを通じ、健康的な生活習慣を取り戻し、その方に合った形での社会復帰の手助けをしています。また、男女それぞれのグループホームもあります。詳細はホームページをご覧ください。 http://yokohama-mac.blue.coocan.jp/	特定非営利活動法人横浜マック 045 (366) 2650
認定NPO法人ワン デーポート	認定NPO法人ワンデーポートは、我が国初のギャンブル依存支援施設で、ギャンブルのみならず、ゲームやインターネットへの依存問題にも対応しています。様々な専門家と連携し、家族個別相談を行っていますので、お気軽にお問い合わせください。	認定NPO法人ワンデーポート 045 (303) 2621
公益社団法人 ギャンブル依存症問 題を考える会	ギャンブル依存症の当事者や家族を支援する団体です。家族相談会や当事者向けのミーティング、啓発活動、政策提言などを行い、回復と社会的理解の促進を目指しています。	ギャンブル依存症問題を考える会 070 (4501) 9625 (相談専用ダイヤル)
全国ギャンブル依存 症家族の会 神奈川	ギャンブル依存症の本人を支える「家族」のための支援団体です。依存症は「病気」とであるという理解のもと、家族同士がつながり、学び合い、回復を目指す場を全国で提供しています。 神奈川県では第3日曜日に家族会を開催し、喫緊の困りごとの相談や解決策の提案、伴走支援を行っています。行政・医療・司法とも連携しながら、包括的な支援に取り組んでいます。	全国ギャンブル依存症家族の会神奈川 安居院（あぐい）さん 090 (9334) 4435
G a m b l i n g F a m i l i e s A n o n y m o u s (GAFA:ガーファ)	ギャンブル問題を抱える人の家族や友人のための自助グループです。ギャンブル依存症は、家族の努力や愛情だけでは解決が難しい病気です。GAFAでは、同じ立場の仲間と体験を分かち合いながら、「12のステップ」という方法で自分自身と向き合っていきます。	GAFA:ガーファ info@gafa-official.org
NPO法人のびの会	NPO法人のびの会は摂食障害や境界性パーソナリティ障害をはじめとする精神疾患を抱えるご本人とご家族を支援しています。家族会や正しい病気についての知識の普及を目的としたイベント活動を行っています。例会等の場所・時間はホームページで確認するか、お問い合わせください。 http://nobinokai.or.jp	NPO法人のびの会 045 (787) 0889

名称	活動内容	問合せ先
公益社団法人 認知症の人と家族の 会神奈川県支部	認知症の人と家族の会は認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を目指し、様々なつどい、電話相談、啓発活動を行っています。つどい等の場所・時間はホームページで確認するか、お問い合わせください。 https://azkanagawa.sakura.ne.jp/wp/	公益社団法人認知症の人 と家族の会神奈川県支部 045 (548) 8061 ※月・水・金 10:00～16:00
友知草（ともしりそ う）の会（認知症高 齢者家族の会）	介護を経験した会員が、認知症高齢者を介護する方のお話をお聞きします。市の職員さんのアドバイスをもらうこともできます。南区と中央区で月2回行っています。	中央ボランティアセンタ ー（相模原市社会福祉協 議会内） 042 (786) 6181
NPO法人高次脳機 能障害友の会ナナ （ナナの会）	脳外傷児・者及び家族の相談支援。高次脳機能障害者のための居場所等。神奈川リハビリテーション病院との協働事業で講演会・交流会等を開催しています。活動内容等の詳細はホームページをご覧ください。 http://www17.plala.or.jp/nana516/index.html	NPO法人高次脳機能障 害友の会ナナ 046 (249) 2020 ※火・木 10:00～15:00