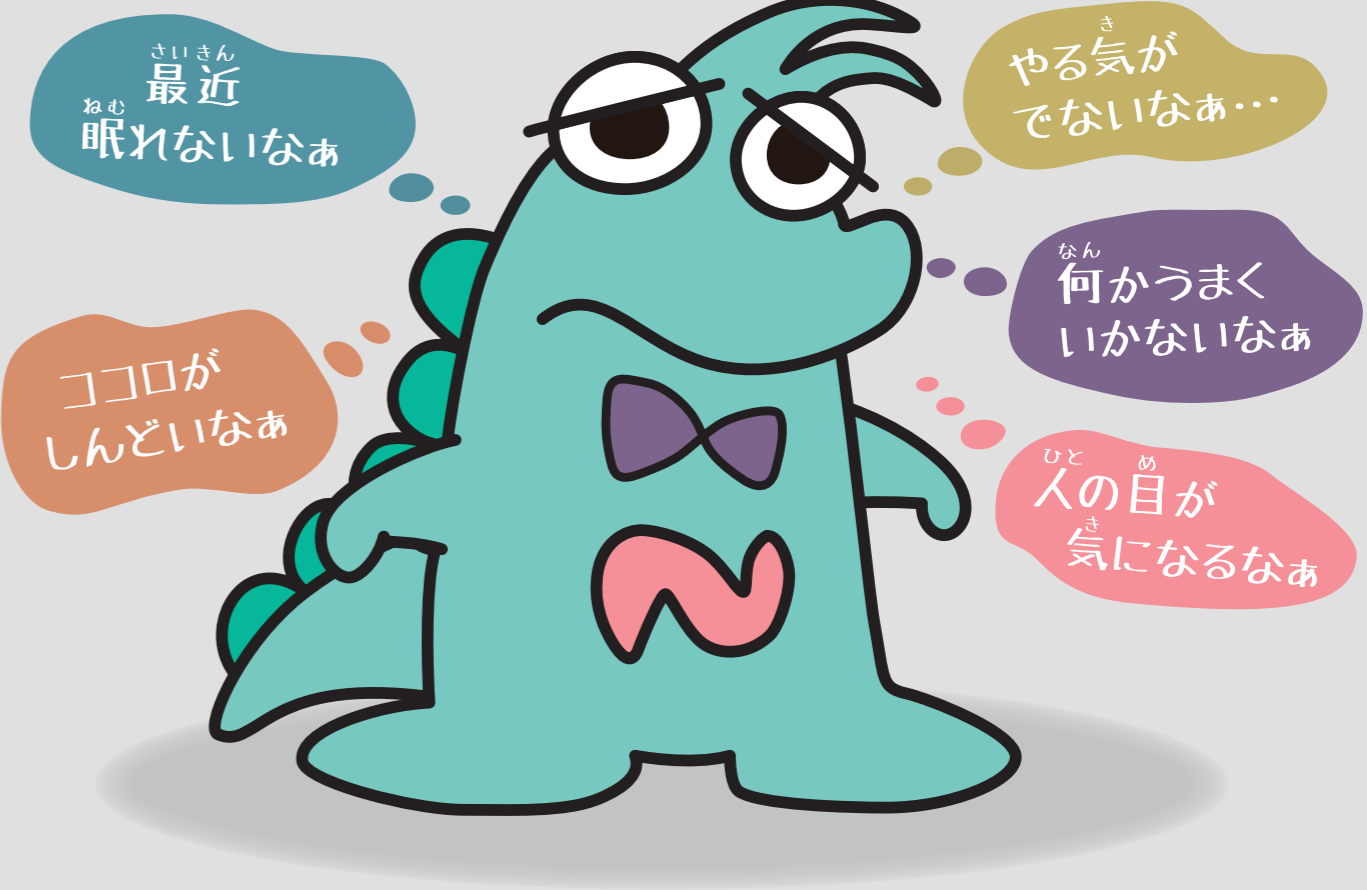


そう だん て つづ まど ぐち あん ない
相談・手続きなどの窓口案内

めい しょう 名 称	じゅう しょ 住 所	れん らく さき 連 絡 先	ばん ぐう 番 号 (掲載ページ)
ち いま せい かつ し えん 地域生活支援センターたけのやま (日進市障害者相談支援センター)	にっしん し たけ やま 日進市竹の山4-301 (日進市障害者福祉センター内)	☎ : 0561-72-0853 FAX : 0561-75-6615	① (1ページ)
お わり と う ぶ け ん り ょ う こ し えん 尾張東部権利擁護支援センター 愛称 : あすライツ		☎ : 0561-75-5008 FAX : 0561-75-5088	⑪ (4ページ)
にっしん し ほ けん 日進市保健センター	にっしん し い わ さ き ち ょ う か ね ば 日進市岩崎町兼場101-1	☎ : 0561-72-0770 FAX : 0561-74-0244	④ (1ページ)
せ と ほ けん じょ 瀬戸保健所 健康支援課 ころの健康推進グループ	せ と し み つ け ち ょ う 瀬戸市見付町38-1	☎ : 0561-82-2158 FAX : 0561-82-9188	⑤ (1ページ)
にっしん し や く し ょ ち い き ふ く し か 日進市役所 地域福祉課		☎ : 0561-73-1749 FAX : 0561-72-4554	② (1ページ)
にっしん し や く し ょ ほ けん ねん きん か 日進市役所 保険年金課	にっしん し か に こ う ち ょ う い け し た 日進市蟹甲町池下268	☎ : 0561-73-1430 FAX : 0561-72-4554	⑨ (4ページ)
く ら し サ ポ ー ト 窓 口	にっしん し か に こ う ち ょ う い け し た 日進市蟹甲町池下268 (日進市役所内)	☎ : 0561-73-1497 FAX : 0561-72-4554	③ (1ページ)
にっしん し し ゃ か い ふ く し き ょ う かい 日進市社会福祉協議会	にっしん し か に こ う ち ょ う な か じ ま 日進市蟹甲町中島22 (日進市中央福祉センター内)	☎ : 0561-73-4885 FAX : 0561-73-4954	⑫ (4ページ)
し ょ う わ ねん きん じ む し ょ 昭和年金事務所	な こ や し し ょ う わ く さ く や ま ち ょ う 名古屋市昭和区桜山町5-99-6 桜山駅前ビル	☎ : 052-853-1463 FAX : 052-853-3700 予約受付専用電話 ☎ : 0570-05-4890	⑩ (4ページ)
お わり と う ぶ し ょ う が い し ゃ し ょ う ぎ ょ う せい かつ し えん 尾張東部障害者就業・生活支援センター アクト	な こ や し め い と う く ら め も り ざ か 名古屋市東区梅森坂3-3607	☎ : 052-709-3891 FAX : 052-709-3892	⑥ (3ページ)
あい ち し ょ う が い し ゃ し ょ う ぎ ょ う 愛知障害者職業センター	な こ や し な か に ち 名古屋市中区錦1-10-1 MIテラス名古屋伏見 5階	☎ : 052-218-2380 FAX : 052-218-2379	⑦ (3ページ)
な こ や ひ が し こ う ぎ ょ う し ゃ せ ょ う あん じ てい じょ せんもん じ ょ ぶもん 名古屋東公共職業安定所(専門援助部門) 通称 : ハローワーク名古屋東	な こ や し め い と う く へい わ お か 名古屋市東区平和が丘1-2	☎ : 052-686-4476 FAX : 052-380-8951	⑧ (3ページ)

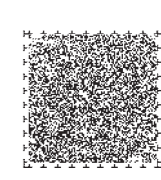
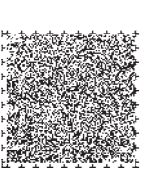
もしかして心の不調かも?

にっしんココロの
支援ガイドブック



★ 支援者へのメッセージ ★

支援してくださる方や家族、医療機関の方には
 とても感謝しています。気持ちに波があって、
 自分の中に葛藤を抱えることもあるので、
 あたたかく見守ってくれたらありがたいです。



にっしん し し ょ う が い し ゃ じ り つ し えん き ょ う ぎ かい
 日進市障害者自立支援協議会 ケアマネジメント部会
 編集デザイン : NPO法人 じゃんぐるじむ

令和8年発行



こんなときは… 不安になりはじめた時

今までできていたことが
できなくなってしまった

好きだったことが楽しめない

アルコール、
薬物、ゲームが
どうしても
止められない

みんなが自分の
悪口を言っている、
誰かに狙われている
気がする

今までになかった
変な声や音が聞こえてくる

悲しくないのに
なぜか涙が出る

不安感が強くて
外に出るのが怖い

最近全然眠れなく、
神経がすごく
過敏になっている

怒りっぽくなったり、
ふさぎ込んだり、
部屋に引きこもる
ことが多くなった

人の視線が
怖くて、
会話もうまく
できない

まずはお気軽にご相談ください

どこに相談するか
迷ったらこちらへ

地域生活支援センターたけのやま *裏表紙①

心の面で心配ごとや不安がある方、そのご家族などからの生活全般の相談に応じ、必要な情報の提供や福祉サービスの利用などについての助言、支援を行います。
(相談は予約制ではありませんが、できるだけ事前にお問い合わせください。)

日進市役所 地域福祉課 *裏表紙②

障害者手帳の取得をはじめ、障害福祉に関するサービス利用の申請手続きができます。

くらしサポート窓口 *裏表紙③

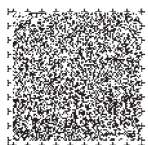
普段の生活の漠然とした不安の相談や、家賃や生活費等の暮らしに関わる経済的なお困りごとなどの相談ができます。
(相談は予約制ではありませんが、できるだけ事前にお問い合わせください。)

日進市保健センター *裏表紙④

体や心の健康について相談できます。

瀬戸保健所 *裏表紙⑤

電話や面接等によるメンタルヘルスに関する相談ができます。
(面接希望の際は、事前にお問い合わせください。)



心の相談・診療ができる 市内・日進市近郊の医療機関



下記の一覧を参考に受診してください。原則、事前予約が必要です。
受診について迷う場合は、かかりつけ医か1ページ記載の各相談窓口にご相談しましょう。

医療機関名・住所・電話番号	土日診療	家族のみの相談	対応できる診療・併設施設等
日進メンタルクリニック 日進市蟹甲町池下278-2 ☎ 0561-75-5828	土曜日 午前のみ	要問合せ	—
あいち熊木クリニック 日進市竹の山2-1321 ☎ 0561-75-5707	土曜日 午前のみ	要問合せ	・カウンセリング、心理検査対応可 ・摂食障害外来、痛み・漢方外来、 恐怖症外来、不眠症外来などあり
あかいけ好日こころのクリニック 日進市赤池1-3001 第25オーシャンプラザ3階 ☎ 052-808-3800	土曜日 午前のみ	要問合せ	—
愛知医科大学病院 長久手市岩作雁又1-1 ☎ 0561-62-3311	×	要問合せ	・カウンセリング、心理検査対応可
和合病院 東郷町大字諸輪字北木戸西108 ☎ 0561-73-1811	土曜日	○	・依存症への診療対応可 ・デイケア、訪問看護、グループホーム
豊明栄病院 豊明市栄町大根1-395 ☎ 0562-97-5131	×	×	・依存症への診療対応可
桶狭間病院藤田こころケアセンター 豊明市栄町南館3-879 ☎ 0562-97-1361	土曜日 午前のみ	○	・カウンセリング、心理検査、依存症への 診療対応可(訪問診療は応相談) ・訪問看護、透析対応 ・関連施設で精神科クリニック、デイケア、 グループホーム、B型事業所あり

※上記内容は各医療機関への調査をもとに掲載しています。(令和7年12月末時点)

★実際に病院を受診した方の声を紹介します★

病院と繋がっているカウンセラーの方に
勧められて受診しました。病気や症状の
話ができて気持ちが楽になりました。

病院を受診して病名が分かった
ことで安心しました。

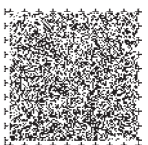
「最近では心のケアって普通のことだよ」
と声をかけてもらったものの、なかなか
一人で行く勇気はなくて、病院へは家族に
連れて行ってもらいました。

職場の方に「大丈夫?」、
「精神科を受診したら?」
と声を掛けてもらえて
受診しました。

自分でも何となく
おかしいなという
思いはありましたが、
病気だという自覚までは
なかったです。

薬を飲んだことでひどかった幻聴や
妄想が軽減し助かりました。

一人暮らしをしていた時に
急に幻聴や妄想の症状が出て、
恐怖感や焦燥感が強くなり、
家族に助けを求めて受診しました。





こんなときは...

これからのことを考える時

身の回りの事などを一人でやる自信がないから手伝ってほしい

一人暮らしをしたいけど、見守ってもらえる住まいってあるの？

仕事はしたいけど、体力や人間関係が不安...

病気について気軽に話せる相手がいなくて、病気のこともわかってくれる友達や仲間がほしい

働けなくなったときや、親がいなくなった後の経済的な不安がある

★住まいや仕事、日中活動の場や仲間づくりのサポートをするサービスや制度があります★

※詳しくは地域生活支援センターたけのやま(裏表紙①)へお問い合わせください。

★居場所づくり・仲間づくり★

社会生活を送るための支援の場や同じような悩み・不安を抱えた人と交流できる場、何気ない話を聞いてくれる人がいる場の一例です。

◆地域活動支援センター

創作活動、生産活動の機会を提供します。

◆日中一時支援事業

日中の居場所、活動の場を提供します。

※精神保健福祉ボランティア「すばる」が運営する、心の病のある方とお話を聞くボランティア(精神保健福祉ボランティア)と一緒に集まる場所もあります

★仕事のサポート★

福祉サービスとして、「就労継続支援(A型・B型)」の他、一般企業等への就職や職場復帰を目指す「就労移行支援」、就職後のサポートを行う「就労定着支援」があります。また、以下の機関では就労についての支援を行っています。

◆尾張東部障害者就業・生活支援センター アクト *裏表紙⑥(要予約)

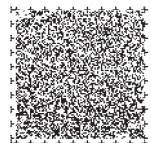
職業生活の自立を図るため、身近な地域において必要な指導、助言を行います。

◆愛知障害者職業センター *裏表紙⑦(要予約)

一般就職や復職を目指す方に就労に必要な職業相談や職業評価などを行います。

◆公共職業安定所(ハローワーク) *裏表紙⑧

就職相談、職業紹介を行います。求人情報の検索もできます。



★住まい・生活のサポート★

自立した生活を送るために利用できる福祉サービスの一例です。

◆共同生活援助(グループホーム)

必要な支援を受けながら生活を行うところです。一軒家タイプやアパートタイプなどがあります。

◆居宅介護(ホームヘルパー)

自宅等で食事や掃除等のサービスが受けられます。

◆住宅入居等支援事業(居室サポート事業)

一般住宅への入居を希望しているが、保証人がいない等の理由により入居が困難な方を支援します。

★経済的サポート★

以下の機関では経済的な不安や困りごとへの支援を行っています。

◆日進市役所 保険年金課 *裏表紙⑨ ◆昭和年金事務所 *裏表紙⑩

年金についての相談や手続きを行います。障害の程度等によっては障害年金を受給できる可能性があります。

◆尾張東部権利擁護支援センター(あすライツ) *裏表紙⑪

障害などによって物事を判断する能力が十分でない方を支援する成年後見制度の相談や支援を行います。

◆日進市社会福祉協議会 *裏表紙⑫

自立した日常生活を送ることができるよう、必要な資金の一時的な貸付(生活福祉資金)や、日常的な金銭管理の支援(日常生活自立支援事業)などを行います。

★実際にサービス等を利用した方の声を紹介します★

仕事に対する恐怖心がありましたが、今の事業所は自分のレベルに合わせた仕事内容なので、社会体験や生活のリズムを整えるのに良かったです。

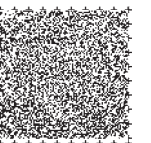
自分と同じような病気を持った人がそれぞれ悩みつつも生活していることを知れて、一緒に過ごせることが本当に嬉しかったです。

障害年金をいただけるようになって生活がすごく楽になりました。

薬の副作用でしんどい時や、調子が良くない時でも過ごせる場があるのは良かったです。

一般企業に勤めていた頃は、心の状態を理解してもらえなくて辛かったです。今は理解してくれる居場所があるというのがすごく嬉しくて安心しました。

疲れて帰ってきても、ヘルパーさんに調理の手助けをしてもらえて、話を聞いてもらえるので、気分転換にもなり助かっています。



心の不調がある人を まち全体でサポートする さまざまな仕組み

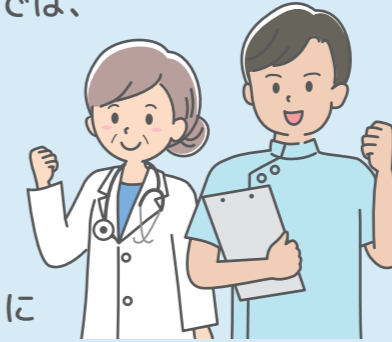
日進市では
誰もが安心して暮らせる地域づくり
(精神障害にも対応した地域包括ケアシステム※の構築)を
目指しています!



医療 (→P.2)

■かかりつけ医・精神保健福祉に関する医療機関

かかりつけ医では日常の医療機関として、精神科及び心療内科では、
カウンセリングをはじめ、心の不調の相談に応じます。
診断はもちろん、服薬指導や社会復帰のお手伝いも行います。



■訪問看護・デイケア

訪問看護ではご自宅にて症状の確認や服薬管理など、デイケア
では生活リズムを整えたり、社会復帰のために
様々なプログラムを受けられます。

相談窓口 (→P.1)

■各相談支援機関

医療や福祉の相談はもちろん、
精神保健に関する
相談にも対応します。



■市役所

生活困窮の相談対応や、
精神障害者保健福祉手帳の
発行手続き、福祉サービス受給者証の交付等
を行います。

本人・家族



福祉サービス (→P.3~4)

■相談支援事業所

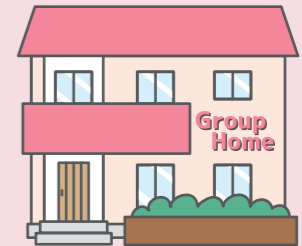
相談支援センターや相談支援事業所では福祉サービス
の利用手続きや連絡調整等を行います。

■在宅のサービス

家での生活の支援や働くための支援を行います。
日中の居場所として生活スタイルを
整えるためにも利用できます。

■住まいのサービス

支援を受けながら地域で
安心して暮らすための
グループホームなどがあります。



社会参加・地域の助け合い・普及啓発

■社会参加・地域の助け合い

悩みや苦しみを抱える当事者同士がお互いに支えあう場、
精神保健福祉ボランティアが運営する気楽に集まれる
居場所などがあります。また、民生・児童委員が地域で
の身近な相談相手として活動しています。

■普及啓発

市民や専門職を対象とした障害者差別解消法講演会などの
各種講演会や研修を実施しています。



※精神障害にも対応した地域包括ケアシステムとは
障害の有無や程度に関わらず、地域社会の誰もが安心して
暮らすことができるよう、医療、障害福祉・介護、住まい、
社会参加(就労など)、地域の助け合い、普及啓発(教育など)が、
包括的に確保されたシステムのことで、地域共生社会の実現には
欠かせないものとなっています。

それぞれが独立しているのではなく、相互に密接に連携し、
協力しながら地域の皆さんを支えていきます。

