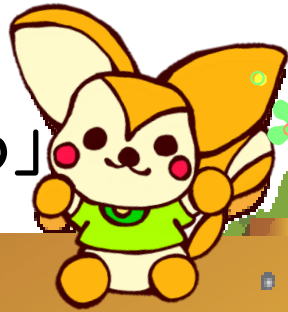




「こころの健康を考えよう」



精神保健福祉

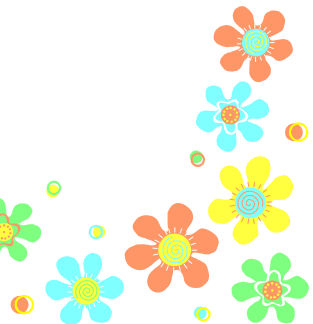
の

し お り

～令和6年度版～



松山市保健所



こころの健康を考えよう

現代は、「ストレスの多い社会」であるとともに、核家族化や少子化、近所付き合いの減少などから、人々が孤立しやすい社会であり、共に支えあうことが希薄になっています。

また、様々な要因によってストレスが続くことで、心理的に追い詰められ、自殺に追い込まれる場合もあります。

ただ、生きていく上ではストレスは避けられないものであり、ときに前向きな緊張感として能力を高めたり、目標を達成したりするエネルギー源になります。

しかし、過剰なストレスを抱え込み頑張りすぎると、誰でも不安やイライラなど心の安定を乱し、ひいてはこころと体の不調・病気を引き起こします。

こころの不健康が生じたときは、早期発見・早期対応が大切です。一人で悩まないで、専門医（精神科や心療内科）を受診して話を聞いてもらい、一緒に解決の道を探してもらいましょう。病院受診に不安がある場合は、気軽に相談機関を利用しましょう。

松山市では、市民の皆様が住み慣れた地域で心身ともに健康で、いきいきと安心して暮らせるよう、『健やかで優しさのあるまち』を目指しています。



松山市自殺対策推進キャラクター「リスにん」

● 目 次 ●

1 松山市保健所（精神保健担当）に関すること

- ・ 松山市保健所 保健予防課 1
- ・ 精神保健に関する相談 1
- ・ 家族教室 2

コラム

- ・ ゲートキーパーと「リスにん」について 2

2 精神障害者保健福祉手帳に関すること

- ・ 精神障害者保健福祉手帳 3

3 自立支援医療（精神通院）に関すること

- ・ 自立支援医療（精神通院） 4

4 医療機関等の紹介

- ・ 病院（入院施設のある病院） 6
- ・ 病院（外来診療のみ） 7
- ・ クリニック・診療所（松山市内） 8
- ・ クリニック・診療所（松山市外） 12
- ・ 精神科救急医療情報センター 12
- ・ デイケア 13
- ・ 訪問看護ステーション 14

5 障害福祉サービス等に関すること

- ・ 障害福祉サービス等 17
- ・ 精神障害者地域移行・地域定着支援事業等について 19

6 就労支援に関する相談先

- ・ えひめ障がい者就業・生活支援センター 20
- ・ 愛媛障害者職業センター 20
- ・ 公共職業安定所（障害者窓口） 20
- ・ ジョブカフェ愛 work 20
- ・ えひめ若者サポートステーション 20
- ・ 特定非営利活動法人 e ワーク愛媛 21

7 経済的支援に関すること

・ 自立支援医療（精神通院）	2 2
・ 後期高齢者医療の加入	2 2
・ 高額療養費	2 2
・ 医療費控除	2 3
・ 心身障害者扶養共済制度	2 3
・ 障害年金	2 3
・ 特別障害給付金	2 4
・ 生活困窮者自立支援制度	2 4
・ 生活保護	2 4

8 こころの相談機関・団体について

・ こころの健康・悩みなどの相談窓口	2 5
・ 障がいに関する相談窓口	2 7
・ 家族会	2 8
・ 自助グループ	2 9
・ ボランティア団体	3 0
・ その他の支援団体など	3 0

9 その他相談窓口一覧

・ こころの健康・悩みなどの相談窓口	3 1
・ 子どもに関する相談窓口	3 2
・ 高齢者に関する相談窓口	3 3
・ 障がい等に関する相談窓口	3 3
・ 性に関する問題の相談窓口	3 4
・ 法律等に関する相談窓口	3 5
・ 金融・経営・雇用に関する相談窓口	3 5
・ 多重債務に関する相談窓口	3 6
・ 労働安全衛生に関する相談窓口	3 6
・ 自助グループに関する相談窓口	3 6
・ その他の相談に関する窓口	3 7

1 松山市保健所（精神保健担当）に関すること



松山市保健所 保健予防課 精神保健担当

保健予防課精神保健担当では、精神保健相談・精神保健福祉に関する普及啓発活動・社会復帰、社会参加を促進するための事業・自殺対策事業などを担当しています。

所在地：松山市萱町六丁目 30 番地 5 ☎(089)911-1816

●利用時間：月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分
（休日・祝日・年末年始を除く）

■精神保健に関する相談

精神保健に関する相談を随時受けています。また、ゆっくりと時間をとって話を聞くために、相談日を設けています。（原則、松山市在住の方対象）

事業名	実施日時	内容・その他
こころの健康相談	火曜日 9:30～11:30 木曜日 13:30～15:30	※電話予約が必要です 心の相談や精神疾患、ひきこもり等について 精神保健福祉士・保健師が相談を行います
家族相談	第 3 水曜日 13:00～15:00 祝日の場合は第 2 水曜日	※電話予約が必要です 精神障がい者の家族の悩みについて家族 相談員が相談を行います

■精神保健に関する普及・啓発

精神保健に関する普及・啓発のため、出前健康教育や講演会、普及・啓発イベントなどを随時行っています。

事業名	実施日時	内容・その他
出前健康教育	随時	※詳細はお問い合わせください 地域からの依頼に応じて、心の健康づくり について、保健師等が出前講座を行います

■自殺対策の取組

誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指し取り組みを行っています。

事業名	実施日時	内容・その他
自殺対策等 精神保健事業	随時	P 2 のコラム参照

■家族教室

精神障がい者の家族が、病気の知識や対応の仕方、社会資源等の情報について学習する教室です。家族同士で話し合ういい機会にもなります。

（原則、松山市在住の方対象）

事業名	実施日時	内容・その他
家族教室	年6回実施 （開催内容は広報まつやまに掲載）	※参加は電話予約が必要です 家族が抱える不安の解消、家族が社会復帰活動に積極的に参加できるように、精神科医などによる講演、社会保障の講座、座談会などのプログラムを計画しています

コラム ゲートキーパーと「リスにん」について

<ゲートキーパーとは？>

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。市民一人ひとりが自分のできる範囲でゲートキーパーの役割を担い、一人ひとりが自殺対策の主役となり、社会的な取組によって自殺を減らしていくことを目指します。

気づき

声かけ

傾聴

つなぎ

見守り

<松山市自殺対策推進キャラクター「リスにん」>

松山市民一人ひとりが、自殺対策の担い手となるゲートキーパー（悩んでいる人に気づき・声かけ・傾聴・つなぎ・見守る人のこと）になってほしいとの願いから生まれたキャラクターです。

きにかけて（木にこしかけて）

・・・・・・気にかけて

リスにんぐ（リスの耳を大きくして聴くことを強調）

・・・・・・傾聴



松山市自殺対策推進キャラクター
「リスにん」

2 精神障害者保健福祉手帳に関すること

■精神障害者保健福祉手帳

精神障がいのある方の社会復帰の促進・自立と社会参加の促進を図ることを目的としてつくられた手帳です。

障がいの程度に応じて障害等級が決まり、1 級、2 級、3 級に区分されます。

※障害等級に該当しない場合もあります。

※手帳の有効期限は2年です。2年毎に更新の手続きが必要です。

更新は有効期限の3か月前（当月含む）から可能です。

◇対象者

精神疾患を有する方のうち、精神障がいのため長期にわたり日常生活又は社会参加への制約がある方。初診から6ヶ月以上経過すると申請できます。年齢や所得の制限はありません。

◇手続きに必要なもの

<診断書で申請する場合>

- ①障害者手帳交付申請書
- ②診断書（精神障害者保健福祉手帳用）
- ③写真（新規・再登録のみ）
- ④現在もっている手帳（更新のみ）
- ⑤個人番号確認ができるもの
- ⑥本人身元確認ができるもの
（代理申請の場合は代理人身元確認ができるもの）

<障害年金証書等で申請する場合>

- ①障害者手帳交付申請書
- ②年金振込通知書又は年金証書の写しもしくは
特別障害給付金受給資格者証の写し
※精神障がいを事由とし受給しているもの
- ③写真（新規・再登録のみ）
- ④印鑑 ※シャチハタ不可
- ⑤同意書
- ⑥現在もっている手帳（更新のみ）
- ⑦個人番号確認ができるもの
- ⑧本人身元確認ができるもの
（代理申請の場合は代理人の身元確認ができるもの）

※詳しくは障がい福祉課へお問い合わせください。

◇お問い合わせ先

松山市役所 障がい福祉課

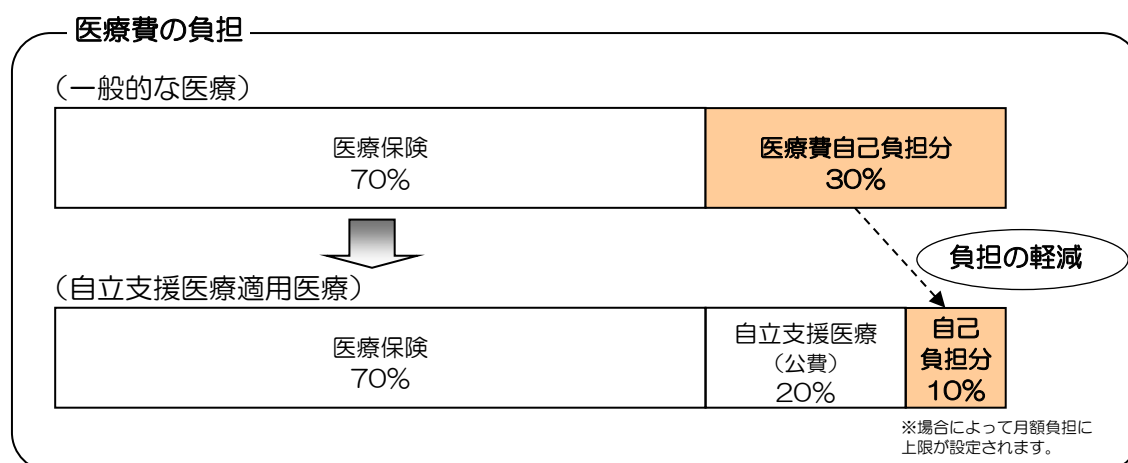
☎(089)948-6369

3 自立支援医療（精神通院）に関すること



■自立支援医療（精神通院）

精神障がいを持ち、継続的に医療（精神通院）を受ける方が、公費によって医療費の補助を受けることができる制度で、県の指定を受けた医療機関・薬局・デイケア等での自己負担額が原則として1割負担に軽減されます。



また、「世帯」の所得に応じて、1ヶ月あたりの負担上限額が設けられています。
※医療保険の加入単位（受診者と同じ医療保険に加入する方）をもって同一の「世帯」として取り扱います（ただし、受診者が18歳未満の場合については、受診者と受給者が同一の医療保険に加入していない場合であっても、受診者と受給者を同一の「世帯」とみなします）。

生活保護世帯	市町村民税非課税世帯		市町村民税課税世帯（所得割）		
	本人収入 80万円以下	本人収入 80万円超	3万3千円 未満	3万3千円以上 23万5千円未満	23万5千円 以上
生活保護	低所得1 負担上限月額	低所得2 負担上限月額	中間所得 負担上限月額 医療保険の自己負担限度額	公費負担の 対象外	
負担0円	2,500円	5,000円	重度かつ継続 負担上限月額 5,000円	負担上限月額 10,000円	負担上限月額 20,000円

◇対象となる医療・範囲

精神障がい及び当該精神障がいに起因して生じた病態に対して病院又は診療所に入院しないで行われる医療（通院医療）です。精神通院医療の対象となるか否かは、症例ごとに医学的見地から行われます。症状がほとんど消失している受診者であっても、軽快状態を維持し、再発を予防するためになお通院治療を続ける必要がある場合も対象となります。

指定された、①医療機関、②薬局、③精神科デイケア、④訪問看護、等が公費負担の対象となります。なお、原則として、①～④それぞれ1ヶ所までの登録です。

◇申請について

*代理申請の際には自立支援医療申請者本人の印鑑（シャチハタ不可）を御持参下さい。

必要な書類	説明
① 自立支援医療費（精神通院）支給認定申請書	松山市役所（障がい福祉課）にあります
② 自立支援医療費（精神通院）診断書 （診断書の提出は2年に1回です）	指定医療機関へ作成をお願いしてください （精神保健福祉手帳と同時に申請する場合は、手帳用の診断書で手帳と自立支援医療の両方の申請ができます）
③ 保険証の写し	国民健康保険、後期高齢者医療、建設国保、医師国保等の方 → 加入者全員の写し 健康保険、地方公務員共済組合保険（被用者保険）等の方 → 受診者の写し 生活保護受給者の方 → 被保護者証明書
④ 課税証明書 （または、課税状況確認のための同意書） 【所得確認の範囲】 国民健康保険、後期高齢者医療、建設国保、医師国保等の方 → 加入者全員 健康保険、地方公務員共済組合保険（被用者保険）等の方 → 被保険者（被保険者が非課税の場合は受診者本人）	国民健康保険、後期高齢者医療、建設国保、医師国保等の方 → 加入者全員の写し 健康保険、地方公務員共済組合保険（被用者保険）等の方 → 受診者と被保険者（被用者本人）の写し 生活保護受給者の方 → 被保護者証明書 ※課税状況確認のための同意書は、松山市役所（障がい福祉課）にあります。
⑤ 障害年金や手当等の金額がわかるもの	市町村民税非課税世帯の方のみ必要です（年金振込通知書等）
⑥ 個人番号確認ができるもの （受診者と被保険者（被用者本人））	個人番号カードまたは個人番号通知カード 国民健康保険、後期高齢者医療、建設国保、医師国保等の方は 加入者全員のもの が必要です。
⑦ 本人身元確認ができるもの （代理申請の場合は、代理人の身元確認ができるもの）	運転免許証、精神障害者保健福祉手帳（顔写真あり） 保険証、年金証書などから2点

受給者証の有効期限は、申請受理日から1年間（1年後の前月末まで）です。

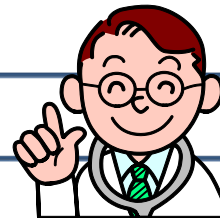
1年毎に更新の手続きが必要です。

更新の手続きは有効期限の3か月前（当月含む）から可能です。

詳しくは障がい福祉課へお問い合わせください。

◇お問い合わせ 松山市役所 障がい福祉課 ☎(089)948-6936

4 医療機関等の紹介



■病院（入院施設のある病院）

名称 電話番号 所在地	外来診察日時	事前 予約	往 診	備考
久米病院 ☎(089)975-0503 (Fax) (089)975-0560 南久米町 723	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ ※ 休 休 13:00 ~ 15:00 ○ ○ ○ ○ ○ / 休 休			初診は平日午前中のみ （11 時まで） ※土曜日は事前予約必要
真光園 ☎(089)975-2000 (Fax) (089)975-2001 南高井町 1491	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ 休 休 休		可	午後も相談に応じます
和ホスピタル ☎(089)992-0700 柳原 739	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ ※ 休 休	要		※第2・4を除く 8/15、年末年始（12/29 ～1/3）は休診 受診・入院に関するご相談 は、地域連携室にてお受け いたします 外来作業療法を実施してい ます
堀江病院 ☎(089)978-0783 (Fax) (089)979-1950 福角町甲 1582	8:45 ~ 11:30 (受付時間) 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休 休			児童思春期こころの外来を 完全予約制で行っています アルコールリハビリテーシ ョンプログラムを実施して います
牧病院 ☎(089)977-3351 菅沢町甲 1151-1	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ ※ 休 休			※第2・4除く http://www.maki-hospital.or.jp
松山記念病院 ☎(089)925-3211 美沢1丁目 10-38	8:50 ~ 11:30 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ 休 休 休	要		休診：土・日・祝日・4/4・ 8/15・10/7・12/29～1/4 地域連携室（925-3394）で 受診に関する相談を受けてい ます 外来者対象に、各専門リハビリ を実施しています（児童思春 期・依存症・心理・全般） 児童思春期外来：週1回（火曜 日）

名称 電話番号 所在地	外来診察日時	事前 予約	往 診	備考
くろだ病院 ☎(089)984-1201 伊予郡松前町 大字神崎 586	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ 休 休 休	要		休診：土・日・祝日・8/15・10/15・12/29~1/4 こころの不調やストレス、認知症、その他の精神的な悩みについて、まずはお気軽にお電話にてご相談下さい 認知症外来：毎週水曜日、訪問看護：平日午後、アルコール依存症リハビリ入院、認知症デイケア実施
愛媛大学医学部 附属病院（精神科） ☎(089)960-5545 （精神科） 東温市志津川 454	8:30 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 休 ○ ○ ○ ○ 休 休 休	要		年末年始休診 学会等で休診の場合がありますのでお電話等で確認の上受診して下さい 完全予約制となっております 初診の際はかかりつけの病院からの紹介状とFax 予約が必要です
砥部病院（心療内科） ☎(089)957-5511 伊予郡砥部町麻生 40-1	9:00 ~ 12:30 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ 休 休			認知症専門外来の初診診察は事前予約制 入院は認知症疾患のみ

■病院（外来診療のみ）

名称 電話番号 所在地	外来診察日時	事前 予約	往 診	備考
愛媛生協病院 （精神科・心療内科） ☎(089)976-7001 来住町 1091-1	9:00 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休 休 15:00 ~ 17:00 ○ ○ ○ / ○ / 休 休 17:00 ~ 18:30 / ○ / / ○ /	要	可	初診・再診とも完全予約制 駐車場あり 訪問診療、訪問看護、精神科デイケアも行っております
松山ベテル病院 （精神科） ☎(089)925-5000 祝谷6丁目 1229 番地	8:30 ~ 12:00 月 火 水 木 金 土 日 祝 / / ○※ / / 休 休 休			※隔週

■クリニック・診療所（松山市内）

名称 電話番号 所在地	外来診察日時									事前 予約	往診	備考
心療内科 i-こころの診療室 ☎(089)931-0111 湊町6丁目 4-16 高須賀ビル 2 階	9:00 ～ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要		※土曜日：9:00～16:00 うつ病・パニック障害・社 交恐怖・スピーチ恐怖・過 敏性腸症候群・心因性嘔 吐・睡眠障害・自律神経・ 更年期等、こころの問題の 治療を専門としています
	15:00 ～ 18:30				休	○	○※	休	休			
SHUN 心療クリニック ☎(089)941-7778 朝生田町 1 丁目 4-14 コンフォルトビル 2F	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	可 (契約施設のみ)	駐車場あり http://www.shun-c.com
	14:00 ～ 17:00				休	○	○	休	休			
こおり心療内科 ☎(089)911-5530 中央 1 丁目 12-38	10:00 ～ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要		※土曜日：10:00～14:00
	15:00 ～ 19:00				休	○	○	休	休			
心療内科 こころのクリニック たちばな ☎(089)933-7700 東雲町 2 番地 2 トータスビル 2F	9:30 ～ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要		※第 2・4 のみ 時間的余裕があれば、当日 に診察可能です
	15:00 ～ 18:00				○	○	○	休	休			
三番町メンタル クリニック ☎(089)986-9381 三番町 4 丁目 4-9 ナイカイビル 2F	10:00 ～ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 相談		駐車場あり
	15:00 ～ 19:00				休	○	○	休	休			
しいのき心療内科 ☎(089)907-7486 末広町 11-6	9:30 ～ 12:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	例 外 あり	※土曜日：9:30～16:30
	12:00 ～ 18:00				休	○	○※	休	休			

名称 電話番号 所在地	外来診察日時								事前予約	往診	備考
しのめクリニック ☎(089)913-7770 東雲町 6-11-2F	10:00 ～ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (初診は必須)	※土曜日：10:00～16:30 (第3土曜日は休診) 初診の方はお電話ください
	15:00 ～ 18:30				休			休	休		
そのだ心療内科 ☎(089)956-1884 和泉南5丁目 1-21	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (初診・午後)	初診および午後の診察は、 予約制
	15:00 ～ 18:00							休	休		
竹尾クリニック ☎(089)915-1188 千舟町3丁目 1-4 チソクビル 3F	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	初診の方はお電話ください
	14:30 ～ 17:30			休				休	休		
どい心療内科 ☎(089)931-3939 一番町2丁目 5-30 一番町 SAORI ビル 3F	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	※土曜日：9:00～14:00
	14:30 ～ 18:30				休			休	休		
ながと脳神経外科・ 心療内科クリニック (心療内科) ☎(089)994-5700 余戸西3丁目 9 番 22 号	8:30 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝		月・水・金曜日 8:30～12:30 午後、火・木曜日は訪問 診療(休診：日・祝日) ※初診受付は 11:00 まで
								休	休		
七色心療クリニック ☎(089)947-7716 (Fax) (089)947-7720 味酒町1丁目3番地 四国ガス第2ビル 1 階	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	※木曜日：9:00～12:00 ※土曜日：9:00～14:00 (第4は休診) 初診の方はお電話ください 詳細については、ホームペ ージをご覧ください
	14:30 ～ 18:00							休	休		
西田クリニック ☎(089)921-0039 千舟町4丁目 4-5	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (初診のみ)	初診に限り予約制 全日、受付は 30 分前まで となります
	14:00 ～ 18:30							休	休		

名称 電話番号 所在地	外来診察日時								事前 予約	往 診	備考
はすい心療内科 ☎(089)913-6633 桑原2丁目2-28	9:00 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝		※土曜日：13:00 まで 初診の方はお電話ください
	14:00 ～ 18:00	○	○	○	○	○	○※	休	休		
はた心療内科 ☎(089)927-1015 木屋町3丁目 13-12	10:00 ～ 13:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	※土曜日：9:00～13:30 初診の方はお電話ください 休診日：水・日・祝日
	15:00 ～ 18:30	○	○	休	○	○	○	休	休		
ふくもと心療内科 ☎(089)951-7222 山西町 544-7	9:00 ～ 12:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	初診の方はお電話ください
	14:00 ～ 18:00	○	○	○	○	○	○	休	休		
平和通心療内科 ☎(089)989-9920 平和通1丁目5-21	9:30 ～ 13:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (施設)	初診の方はお電話ください 駐車場あり
	15:00 ～ 18:30	○	○	○	休	○	○	休	休		
AILA 美容 心療内科 まつおかクリニック ☎(089)907-0233 湊町5丁目5-4	9:30 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	※土曜日：9:30～14:00 不安、うつ、パニック障がい、 心身症、発達障がい、 もの忘れ外来、漢方外来
	14:00 ～ 18:00	○	○	○	休	○	○※	休	休		
眞理 こころのクリニック ☎(089)994-8618 空港通2丁目13-8	9:30 ～ 12:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (初診は必須)	※土曜日：9:30～13:00 (旧)眞理神経クリニック
	14:30 ～ 18:30	○	○	休	○	○	○	休	休		
味酒心療内科 ☎(089)932-2768 味酒町2丁目9-9	9:00 ～ 12:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 (初診のみ)	精神科訪問看護 精神科デイケアあり (リワークプログラム等)
	14:00 ～ 18:00	○	○	○	○	○	○	休	休		

名称 電話番号 所在地	外来診察日時									事前 予約	往 診	備考
光宗クリニック ☎(089)934-7888 勝山町2丁目5-4 小笠原ビル2F	9:00 ~ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝			※土曜日：9:00~12:00
	14:30 ~ 18:30	○	○	○	休	○	○※	休	休			
三好神経内科 ☎(089)924-7538 平和通1丁目4-11	9:30 ~ 13:00	月	火	水	木	金	土	日	祝			
	14:00 ~ 17:00	○	○	○	○	○	○	休	休			
もりさわ メンタルクリニック ☎(089)997-7670 花園町4-12 和光ビル2F	10:00 ~ 14:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 可		※訪問診療は、 月 14:00~19:00 火・水・金・土 14:00~ 16:00 完全予約制
	16:00 ~ 20:00	訪問※	○※	○※	休	○※	○※	休	休			

■クリニック・診療所（松山市外）

名称 電話番号 所在地	外来診察日時								事前 予約	往診	備考
Dr.盛次診療所 ☎(089)961-6262 (Fax) (089)961-6260 伊予郡松前町筒井 1540	9:00 ～ 12:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	可	午後は訪問診療 初診の方はお電話ください
		○	○	○	○	○	休	休	休		
	14:40 ～ 17:30	○	○	休	休	○※	○※	休	休		
このはな脳とこころ の診療所 ☎(089)955-5087 東温市北野田 820-1	10:00 ～ 16:30	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	初診の方は可能な限り電話 予約をお願いします ※木曜日、土曜日：10:00 ～12:30 ※※水・金曜日：10:00～ 19:00
		○	○	○	○※	○※	○※	休	休		
心療内科 兵頭クリニック ☎(089)985-3311 伊予郡松前町中川原 456	9:00 ～ 12:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要 初診のみ	初診の方は電話予約してく ださい 初診診療：月・水・金曜の 14:00～15:00 火・木曜の 13:00～14:00 駐車場あり
	15:00 ～ 18:00	○	○	○	○	○	○	休	休		
春香 メンタルクリニック ☎(089)993-7710 東温市志津川 179-14	9:00 ～ 14:00	月	火	水	木	金	土	日	祝	要	※第1・3のみ http://haruka-mental.jp 電話予約してください
	14:00 ～ 18:00	○	○	休	○	○	○※	休	休		

■精神科救急医療情報センター

名称 電話番号 所在地	実施日 時間	内容
精神科救急 医療情報センター ☎(089)925-8222	月～金 17:00～22:00	精神科の病気で、夜間や休日に 緊急に診察などが必 要になった方 のため、救急相談を行い、必要に応じ て医療機関との連絡手配などを行っています ※当センターで診察は行っておりません ※通院中の方は、主治医に相談してください
	土・日・休日・祝日 9:00～17:00	

■デイケア

各機関にお問い合わせください

障がい者の方が、レクリエーションや創作活動などのさまざまなプログラムへの参加を通じて、日常生活をするために必要なスキルの習得や QOL（生活の質）の向上、社会参加を目指すリハビリテーションの一つです。

■精神科デイケア・ショートケア

※医療保険適用になります

名称 電話番号 所在地	種別	実施日 時間	内容
WISH(愛媛生協病院 精神科デイケア) ☎(089)976-7001 来住町 1091-1	デイケア	月～金 9:30～15:30	心理療法・レクリエーション・SST・ 作業療法等リハビリテーション・健康 運動療法・アルコール教室（アルコー ルリハビリテーションプログラム） ※利用には、当院精神科医師の診察が 必要です
久米病院デイケア ☎(089)975-0503 南久米町 723	デイケア	月・火・水・木・金 9:30～15:30	調理・音楽療法・生花・カラオケ・ 手芸・レクリエーション・脳トレ・ 農園・ストレッチなど
	ショートケア	月・火・水・木・金 9:30～12:30 12:30～15:30	
真光園デイケア ☎(089)975-2000 南高井町 1491	デイケア	月～金 9:00～16:00	スポーツ・レクリエーション・ヨ ガ・園芸・料理・手芸・おやつ作り・ 学習会・パソコンクラブ・新聞作り など
和ホスピタルデイケア ☎(089)992-0700 柳原 739	デイケア	月～金 9:30～15:30	手工芸・園芸・料理教室・カラオケ・ スポーツ・書道・レクリエーション など
	ショートケア	月～金 ①9:30～12:30 ②12:30～15:30	
牧病院デイケア 「うぐいす」 ☎(089)977-4800 菅沢町甲 1151-1	デイケア	月～金 9:30～15:30	手工芸・カラオケ・絵画・料理教室・ 軽スポーツ・レクリエーションなど
松山記念病院 美沢デイケア ☎(089)925-3594 美沢 1 丁目 10-38	デイケア	月～金 9:30～15:30	リハビリテーションのプログラム を医師、看護師等とともに実施しま す 仲間とともにスポーツ・認知行動療 法・心理教育・SST・芸術療法等を 通じて、対人関係能力や再発サイン への対処スキルが向上します
	ショートケア	月～金 ①9:30～12:30 ②12:30～15:30	
味酒心療内科 デイケア ☎(089)945-2018 味酒町 2 丁目 9-9	デイケア	月～金 9:30～15:30	リワークプログラム・SST・作業 療法・レクリエーションなど
	ショートケア	月～土 9:30～12:30	

■認知症デイケア

※医療保険適用になります

名称 電話番号 所在地	実施日 時間	内容
松山記念病院 重度認知症デイケア「ひだまり」 ☎(089)925-3593 美沢1丁目10-38	月～金 9:00～15:30 祝祭日は開所 休業日：土・日・年 末年始	「認知症高齢者の日常生活度」がラ ンクMに該当する方が対象です 認知機能・身体機能に働きかける運 動プログラム、回想療法、音楽療法 等を行っています
Dr.盛次診療所 ☎(089)961-6262 伊予郡松前町筒井1540	月～土及び祝祭日 9:00～15:00	重度認知症デイケア

■訪問看護ステーション

看護師等がご自宅を訪問し、服薬や症状のコントロールの相談、生活全般における助言などを行い、自分らしい生活が送れるように支援します。

■訪問看護ステーション

※主治医の指示が必要で医療保険適用になります

名称 電話番号 所在地	内容
訪問看護ステーションアルク ☎(089)906-3752 (Fax) (089)906-3753 小坂4丁目3-20 1F	精神疾患・認知症の方の看護、生活リズムの調整方法、不安・ ストレスの相談、社会参加への相談、内服薬の管理など 24時間対応可（別途契約が必要） 対応エリア：松山市（島嶼部除く）、東温市、松前町、砥部町、 伊予市、その他の地域でもご相談ください
訪問看護ステーション365 ☎(089)948-8790 今在家1丁目11-7	精神疾患の方を中心とした支援を実施しております 内服管理・状態観察などを行い、社会資源を活用して自宅での 生活を続けられるように支援します 各種相談も随時受け付けております 24時間365日対応
訪問看護ステーションデューン松山 ☎(089)989-5201 道後町2丁目12-1 City&Frontビル103号室	精神疾患全般、年齢を問わず支援しています 状態観察と異常の早期発見、内服管理、傾聴やストレス相談、 対人スキルの向上、就労支援、日中活動などの助言や援助を します 対応エリア：松山市（島嶼部含む）、東温市
訪問看護ステーションデューン松山西 ☎(089)909-6515 余戸東1丁目11-37 フェニックス余戸テナント2階02号	精神保健福祉士が在籍していて各種制度利用支援も可能 未受診者の方のご相談も受け付けています まずはご相談ください 自分らしく生き生きと過ごせる為のお手伝いをしています 松山市・伊予市・砥部町・大洲市等広域で対応中

名称 電話番号 所在地	内容
訪問看護ステーションひかり ☎(089)989-7977 空港通2丁目18-7	共に歩みながら、ご本人様やご家族様の不安・ストレスの軽減を図っていきます 精神状態の増悪に注意し、自立に向けたサポートを行います 電話相談、緊急時の24時間対応も行っています
訪問看護ステーションポラリス ☎(089)961-1165 枝松5丁目6番48号 第3井上ビル1F東号室	服薬管理の自立、ADLの自立、再発や再入院の防止、生活支援を行っています 社会資源を活用し社会復帰に向けた支援も行い、医療と福祉をつなぐ訪問看護を実施しています 24時間365日対応しています
訪問看護ステーションみさわ ☎(089)925-3846 美沢1丁目10-38	精神疾患のある方への支援を専門としています 依存症・児童思春期・認知症・うつ状態からのリワークなども、利用者様に必要な専門的な支援を行います 心理社会的リハビリテーション（認知行動療法・SST・対処スキル向上支援）、家族支援、マインドフルネスなど、人の持つ可能性と生きづらさに着目したあたたかい支援を実施します 24時間対応できます（別途契約）
訪問看護ステーションみちくさ ☎(089)989-5306 祝谷2丁目10-19	看護師が訪問し、療養上必要な介護や相談支援、医師の指示による医行為を行います また、24時間体制により、緊急時の訪問も可能です
訪問看護ステーション菜の花 ☎(089)984-7388 伊予郡松前町大字神崎578-1	くらだ病院に併設 看護師が心や身体のケアが必要な方の自宅や入所施設を訪問し看護や生活のサポート、医師の指示による医療行為をおこないます 24時間対応体制をとっており、緊急時には休日や夜間でも状態に応じて訪問します
おひさま訪問看護 リハビリステーション ☎(089)913-0130 小栗6丁目1-22 第2白石ビル2階西	看護師をはじめ、作業療法士も在籍しており、看護・リハビリ両面から日々の生活や精神面の支援をおこなうサービスを提供しております 看護師・作業療法士ともに男性・女性スタッフが在籍しており、様々なニーズに対応可能です 緊急時など24時間対応しており、電話での相談も可能です
もも訪問看護ステーション ☎(089)993-7330 和泉北3丁目1-11 LUMIELE 和泉103号室	利用者様の心に寄り添いながら地域社会で安定した生活を送って頂けるよう、ご家族様の精神的サポートも含めた看護ケア・サービスを提供しております
あいある訪問看護ステーション ☎(089)956-3550 西石井2丁目10-2	365日、緊急時などの24時間対応 精神科看護に経験の長いスタッフも男女在中しております 利用者様、ご家族様の電話相談も可能です 利用者様の回復に向け、お薬の管理、日々の生活から緊急時の対応等、細やかな対応をさせていただきます
訪問看護ステーションつなぐ ☎(089)916-7210 北土居4丁目19-17 タウンコート北土居B棟102号	つなぐは、心と身体、ご家族や社会との「絆」をつなぎます 在宅生活を安心して送れるよう全力でサポートいたします また、緊急時などの24時間対応や電話相談も可能です

名称 電話番号 所在地	内容
訪問看護ステーションまわりみち ☎(089)910-6367 東野5丁目5-8	緊急時は24時間365日対応させていただきます ご家族様、支援者様をはじめ、多職種の方々と連携を図り、 ご利用者様一人ひとりに合った地域での環境作りを一緒にさ せていただきたいと思います
訪問看護ステーション えひめ地球号！ ☎(089)948-4136 石手4丁目10-44	24時間365日対応できます 必要に応じて認知行動療法やカウンセリングが行えます 松山市だけでなく周辺地域への訪問も可能ですのでご相談く ださい また、当事業所の役員を務める司法書士により、金銭管理や 法律の相談などにも対応できます
訪問看護ステーションランタン ☎(089)995-8255 柳原739	利用者様ご家族様のさまざまな不安やストレスを理解し寄り 添いながら、多職種で生活をサポートしています 緊急時は24時間体制で対応可能です
訪問看護ステーション まいペース ☎(089)951-7223 (Fax) (089)951-7729 古三津5丁目6-22	精神疾患のある方を対象にした訪問看護ステーションです 地域で暮らす皆様が安心して自分のペースで生活ができるよ う支援いたします サービス開始前に面談をさせていただき、1人ひとりに必要 な支援を一緒に考えます ご家族様からのご相談も受け付けております
訪問看護ステーション和楽 ☎(089)904-1762 清水町1丁目9-13	利用者さまやご家族が住み慣れた地域で、笑顔で安心して心 豊かな生活が送れるように心のこもった質の高いサービスを 提供いたします 緊急時は24時間365日対応させていただきます ＜対応エリア＞ 松山市（島嶼部含む）、東温市、伊予市、伊予郡松前町、 伊予郡砥部町、上浮穴郡久万高原町

5 障害福祉サービス等に関すること

■障害福祉サービス等

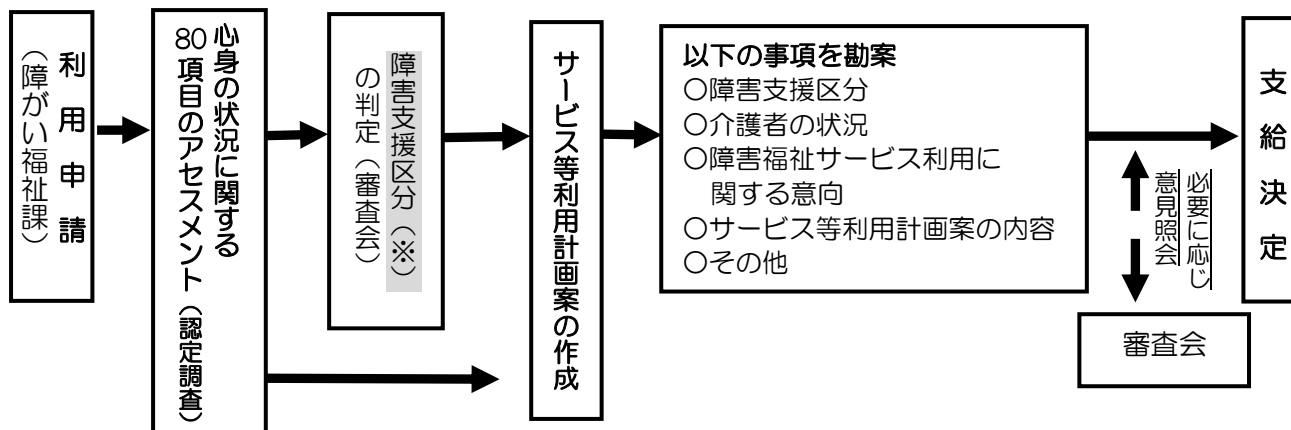


◇対象者

身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳所持者、知的障がい・精神障がいがあると判定されている人、難病患者等（厚生労働大臣が定める疾患による障がいのある人）

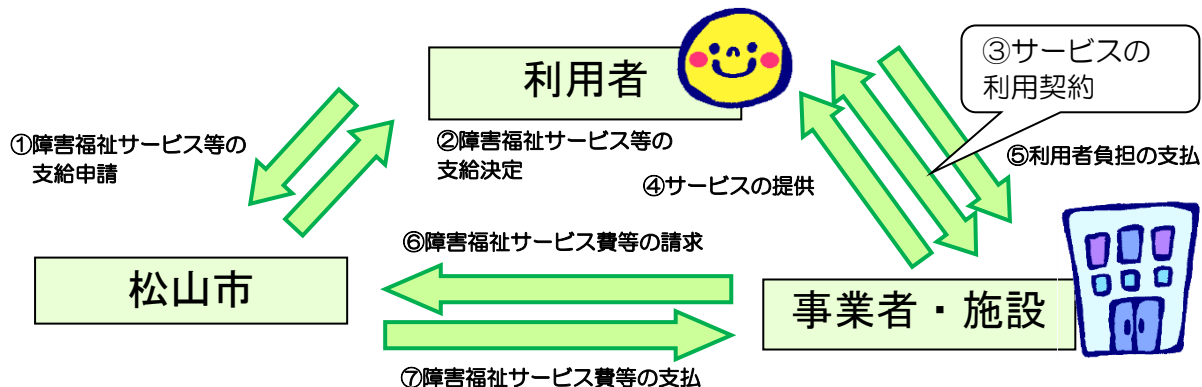
◇利用までの流れ

平成 25 年 4 月 1 日から「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律（障害者総合支援法）」により、障害福祉サービスは、「介護給付」、「訓練等給付」と地域の特性や利用者の状況に応じて柔軟に実施する「地域生活支援事業」に大別されています。（18 頁の図参照） 介護給付におけるサービスを利用される方は、下図のような手続きを経て、サービスを利用することになります。



※「障害支援区分」とは、障がい者等の障がいの多様な特性その他心身の状態に応じて必要とされる標準的な支援の度合を総合的に示す区分のことです。また、市町村がサービスの種類や量を決定する際に勘案する事項の一つであり、「区分 1」から「区分 6」までの 6 段階に分けられています。

利用者は、支給決定を受けた後、事業者・施設と契約を行い、サービスを利用した後、利用者負担分の利用料（原則サービス料の 1 割）や食費等（原則実費負担）を事業者や施設に直接支払います（詳細は 19 頁参照）。その後、サービスを提供した事業者・施設は、かかった費用から利用者負担分を除いた額を利用者に代わって松山市に請求し、支払いを受けます（代理受領）。



○支給決定される内容（受給者証の記載事項）

……利用できるサービスの種類、支給量、支給期間、利用者負担金等

○サービス利用は決定された支給量の範囲となります。

◇障がい福祉サービス等の体系

	サービスの種類	内 容	障害支援区分等
介護給付	居宅介護 (身体介護・家事援助・通院等介助・通院等乗降介助)	自宅で、入浴・排せつ・食事の介護、通院の介助等を行います	障害支援区分1以上
	行動援護	自己判断能力が制限されている人が行動するとき、危険を回避するために必要な支援、外出支援を行います	・障害支援区分3以上 ・行動関連項目等で条件あり
	短期入所	自宅で介護する人が病気の場合などに、短期間、夜間も含め施設等で、入浴・排せつ・食事の介護等を行います	障害支援区分1以上
	生活介護	常に介護を必要とする人に、昼間、入浴・排せつ・食事の介護等を行うとともに、創作的活動又は生産活動の機会を提供します	・障害支援区分3以上 ・50歳以上の場合は障害支援区分2以上
	施設入所支援	施設に入所する人に、夜間や休日、入浴・排せつ・食事の介護等を行います	・障害支援区分4以上 ・50歳以上の場合は障害支援区分3以上
訓練等給付	自立訓練（機能訓練・生活訓練・宿泊型自立訓練）	自立した日常生活又は社会生活ができるよう、一定期間、身体機能又は生活能力の向上のために必要な訓練を行います	障害支援区分以外の条件等があります。
	就労移行支援	一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います	障害支援区分以外の条件等があります。
	就労継続支援（A型＝雇用型・B型）	一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います	障害支援区分以外の条件等があります。
	共同生活援助（グループホーム）	夜間や休日、共同生活を行う住居で、相談や日常生活上の介護や援助を行います	
	就労定着支援	生活介護、自立訓練、就労移行支援又は就労継続支援を利用して、通常の事業所に新たに雇用された障がい者の就労の継続を図るため、相談、指導及び助言等の支援を行います	
	自立生活援助	居宅における自立した日常生活を営む上で、障がい者の状況を把握し、必要な情報の提供及び助言並びに相談、関係機関との連絡調整等の環境整備に必要な援助を行います	

	サービスの種類	内 容
支援給付 計画相談	計画相談支援	障がい者の心身の状況、その置かれている環境、サービスの利用に関する意向その他の事情を勘案し、「サービス等利用計画（案）」を作成します
支援事業 地域生活	移動支援	単独で外出することが困難な場合、目的地に円滑に外出できるよう移動を支援します
	地域活動支援センター	創作的活動又は生産活動の機会の提供、社会との交流等を行う施設です
地域相談支援	地域移行支援	障害者支援施設、精神科病院、児童福祉施設を利用する18歳以上の人を対象に、地域移行支援計画を作成、相談による不安解消、外出の同行支援、住居確保、関係機関との調整等を行います
	地域定着支援	居宅において単身で生活している人を対象に常時の連絡体制を確保し、緊急時には必要な支援を行います

注：上記の「障害支援区分等の利用条件」のほかに、サービスによっては条件等があります。

◇お問い合わせ 松山市役所 障がい福祉課 ☎(089)948-6433、6719

◇利用者負担の仕組み

支給決定後、利用者は事業者・施設と契約を行い、利用者負担分の利用料（原則サービス料の1割）や食事等（原則実費負担）を事業者や施設に直接支払います。

本人及び配偶者の所得区分に応じて、月ごとの利用者負担上限額が設定されます。また、食費等負担についても、減額措置が講じられることがあります。

所得区分	居宅・通所等	入所施設等（GH含む）
生活保護世帯	利用者負担なし	
市町村民税非課税世帯		
市町村民税課税世帯 （所得割 16万円未満）	9,300円	37,200円
市町村民税課税世帯 （所得割 16万円以上）	37,200円	

■地域活動支援センター

地域において就労が困難な方を対象として、自立と生きがいを高めるために必要な機能訓練、社会適応訓練等のサービスを、喫茶活動や障がい者スポーツ、ピアカウンセリング、精神福祉啓発活動、相談助言などを通じて提供しています。

名称 電話番号 所在地	実施日 時間	内容
地域活動支援センター ステップ ☎(089)925-3277 (Fax) (089)924-1084 美沢1丁目 10-38	月～金 9:00～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	生活の相談及び支援、喫茶活動、グループワーク、スポーツ、創作活動、調理、外出、親の会、ふまねっと運動、地域交流など

◇お問い合わせ 松山市役所 障がい福祉課 ☎(089)948-6433、6719

■精神障害者地域移行・地域定着支援事業等について

松山市では、症状は安定しているが、帰る家が無い、家族が反対するなど社会的要因のために、精神科病院に長期に渡って入院している人の「本当は退院したい」「地域で落ち着いた生活を送りたい」という気持ちを応援するために、平成20年度から精神障害者地域移行・地域定着支援事業を行っています。

この事業は、保健所、病院、地域の障害福祉サービス事業所、相談支援事業所などの関係機関が協力して、退院後の生活を支える体制をつくり、退院を実現し、地域で安定した生活を送れるよう支援するものです。

詳細についてはお問い合わせください。



◇お問い合わせ 松山市保健所 保健予防課 ☎(089)911-1816

6 就労支援に関する相談先

名称 電話番号 所在地	開所日 時間	内容
えひめ障がい者就業・生活支援センター ☎(089)917-8516 (Fax) (089)917-8518 道後町二丁目 12-11 愛媛県身体障がい者福祉センター (1 階) 【E-mail】 syugyou@ehime-swc.or.jp	月～金 10:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※相談は、事前に電話予約が必要です 障がいなどがある方で、働きたいと考えている方や、仕事をしていくうえでの生活面の困りごと、不安・悩みのある方が相談するところです
愛媛障害者職業センター ☎(089)921-1213 (Fax) (089)921-1214 若草町 7-2	月～金 8:45～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※電話予約が必要です 障がいのある方に対してハローワーク（公共職業安定所）をはじめとする関係機関と協力して、一般企業での就労に向けての相談、職業評価、職業準備支援、ジョブコーチ支援、うつ病等で休職中の方の職場復帰支援などを行います 就職前から就職後の職場適応・復帰まで、一人ひとりの状況に応じた継続的なサービスを行っています
松山公共職業安定所（ハローワーク松山） 【障害者窓口】 ☎(089)917-8615 六軒家町 3-27	月～金 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)	一般企業又は就労継続支援事業 A 型(雇用型)で就労できる状態にまで安定した精神障がい者などの職業相談・職業紹介を行う専門支援窓口があります
ジョブカフェ愛 work 愛媛県若年者就職支援センター ☎(089)913-8686 湊町 4 丁目 8-13	月～金 9:00～19:00 土 10:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)	概ね 15～39 歳と 40 代前半でサポートを希望される方を対象に、ひとり一人の状況に応じた就職活動のサポートをしています
えひめ若者サポートステーション ☎(089)948-2832 湊町 5 丁目 1-1 いよてつ高島屋 南館 3 階	月～土 10:00～18:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※電話予約が必要です 【対象者】 15 歳～49 歳 無業の若者（学生を除く）を対象に個別的、継続的な相談を中心に就労支援プログラムへの参加等により就労に向けた支援を行います 精神科等へ通院中の方は医師の確認が必要です

特定非営利活動法人 eワーク愛媛 ☎050-8885-3338 E-mail : eworksehime@ gmail.com 祓川 2 丁目 1-5 （教会こども食堂内）	毎週水曜日 13:00～18:00 （他の日も可能です。先 ずは電話かメールでお問 い合わせください。）	※先ずはお電話またはメールにて相談の予約 をお願いいたします 就業・自立に困難を抱える方（ひきこもりや 長期無業者）の相談、自立支援、アウトリー チ（訪問支援）を行っています。社会的養護 からのケアリーバーの若者の支援も行ってい ます。必要な方には、フードバンク事業を活 用した食料シェアも行っています。
--	---	---

7 経済的支援に関すること



項目	内容	お問い合わせ先
自立支援医療 (精神通院)	精神障がい者で、継続的に通院が必要な方が、公費によって医療費の補助を受けることができる制度です ※詳しくは、本紙（P.4）に記載 「自立支援医療（精神通院）に関すること」	松山市役所 障がい福祉課 ☎(089)948-6936
後期高齢者 医療の加入	【対象者】 精神障害者保健福祉手帳（1・2級）をお持ちで65歳以上の方 高齢者の医療の確保に関する法律に基づく医療制度で、後期高齢者医療制度に加入できます	松山市役所 高齢福祉課 (後期高齢者医療担当) ☎(089)948-6941
高額療養費	【高額療養費の支給】 月ごとの医療費の自己負担額（窓口で支払った一部負担金）が限度額を超えた場合、申請により払い戻しが受けられます なお、限度額は年齢や所得によって異なります 【限度額適用（標準負担額減額）認定証の申請・交付】 入院・外来・調剤薬局など医療費が高額になる場合、限度額認定証を申請し、医療機関に証を提示することで窓口での支払額を限度額までに抑えることができます※ また、非課税世帯の方は、証の提示により入院時の食事代（標準負担額）を減額することができます※ なお、年齢や所得によっては限度額認定証を申請する必要がない方がいます ※入院時の食事代やベッド代（室料）、保険適用外の治療費は対象となりません ※非課税世帯の方で申請する月の直近12ヶ月の間に90日を超える長期の入院がある場合は、申請によって、さらに食事代を減額することができます 申請には入院期間が分かる領収書等が必要です ※詳しくは、ご加入の医療保険者（保険証に記載）にご確認ください	【国民健康保険】 松山市役所 国保・年金課 (国保給付担当) ☎(089)948-6361 【後期高齢者医療】 松山市役所 高齢福祉課 (後期高齢者医療担当) ☎(089)948-6941

項目	内容	お問い合わせ先
医療費控除	納税者本人又はその本人と生計を一にする配偶者やその他の親族のために医療費を支払った場合は、次の算式によって計算した一定の金額を医療費控除として所得金額から差し引くことができます ◎医療費控除額の計算方法 医療費控除額（最高200万円） $= \boxed{\text{その年中に支払った医療費}} - \boxed{\text{保険金などで補填される金額}} - \boxed{\begin{array}{l} 10 \text{ 万円 又は} \\ \text{所得金額の5\%} \\ \text{(どちらか少ない額)} \end{array}}$	松山税務署 (若草町 4-3) ☎(089)941-9121
心身障害者 扶養共済制度	障がいのある方の保護者が一定の掛金を納めることで、保護者が死亡または重度障がい者になったとき、障がいのある方に終身一定額の年金を支給する制度です 【加入できる要件】 保護者…65 歳未満の市民で特別な病気や障がいがなく、生命保険契約の対象となる健康状態であること 障がい者…知的、身体（1～3 級）、精神または身体に永続的な障がいのある方 ※障がいの程度によっては、ご加入いただけない場合があります	松山市役所 障がい福祉課 (扶養共済制度担当) ☎(089)948-6369
障害年金	病気やけがで障がいが残ったときに受けられ、20 歳前に障がい者になった人は、20 歳になったときから受けられます（条件があります） ◇障害年金を受けられる条件 ①初診日に厚生年金・共済年金に加入していなかった人で、65 歳未満であること（老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除く） ②初診日の前々月までの加入期間（保険料を納付すべき期間）のうち、3 分の 2 以上保険料を納めていること（免除期間を含む）または初診日において、65 歳未満の場合は初診日の前々月までの 1 年間に滞納がないこと ③障害認定日（初診日から 1 年 6 ヶ月を経過した日、または症状が固定した日）に障がいの程度が 1 級または 2 級（厚生年金や共済組合は 3 級も）の障がいの状態にあること ※初診日とは、障がいの原因となった病気やけがについて初めて医師または歯科医師の診療を受けた日のことです ※障害者手帳の等級とは基準が違います ※障害認定日においては障がい軽く、その後 65 歳までに障がい重くなった場合は障害年金を受けられる場合もあります ※20 歳前の年金制度に加入していない期間に初診日がある場合は、納付条件②は不要です ※②については、初診日の前日において条件を満たしていることが必要です	【国民年金加入者】 【未加入者※】 (※20 歳未満や 60 歳以上) 松山市役所 国保・年金課(年金担当) ☎(089) 948-6352 【厚生年金加入者】 松山東年金事務所 (朝生田町 1 丁目 1-23) ☎(089)946-2146 松山西年金事務所 (南江戸 3 丁目 4-8) ☎(089)925-5105 【共済組合加入者】 各共済組合

項目	内容	お問い合わせ先
特別障害 給付金	国民年金への加入が任意の期間中に、加入しなかったことにより障害基礎年金の受給権のない障がい者の人が受けられます ◇特別障害給付金を受けられる条件 ①平成 3 年 3 月以前学生であった期間又は昭和 61 年 3 月以前に配偶者が厚生年金・共済組合などの加入者であった期間に、当時国民年金に任意加入していなかった期間に初診日がある人 ②障害基礎年金 1・2 級相当の障がいに該当する人 ※初診日とは、障がいの原因となった病気やけがについて初めて医師または歯科医師の診療を受けた日のことです	松山市役所 国保・年金課(年金担当) ☎(089) 948-6352
生活困窮者 自立支援制度	生活にお困りの方（生活保護受給中の方を除く）を対象に専門の相談員がお話を伺い、解決へ向けた支援を行います	松山市福祉・子育て相談窓口 （自立相談支援窓口） ☎(089)948-6875 (Fax) (089)943-6688
生活保護	高齢・疾病・障がい等さまざまな要因で収入が無くなったり減少したりして、自分や家族の力ではどうしても最低限度の生活を営むことが出来なくなった時に、国が定めた基準に基づいて、一日も早く自分たちの力で生活出来るように援助する制度です	松山市役所 生活福祉総務課 （面接相談担当） ☎(089)948-6395

8 こころの相談機関・団体について



■こころの健康・悩みなどの相談窓口

名称 電話番号 所在地	開所日 時間	内容
愛媛県 心と体の健康センター ☎(089)911-3880 本町7丁目2	月～金 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)	※面接相談は予約が必要です 一般精神保健福祉相談 本人やご家族の心の悩み、不安、病気や治療に関する相談 思春期精神保健相談 不登校、思春期・青年期特有の問題に関する相談 依存症に関する相談 アルコール、薬物、ギャンブルなど依存症に関する相談
ひきこもり相談室 ☎(089)911-3883 本町7丁目2 愛媛県心と体の健康センター内	月～金 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※面接相談は予約が必要です 原則、ひきこもり本人が18歳以上である場合の本人及び家族等からの相談
こころのダイヤル ☎(089)917-5012 本町7丁目2 愛媛県心と体の健康センター内	月・水・金 9:00～12:00 13:00～15:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※電話相談のみ こころの悩みに関する電話相談
こころのほっとライン (一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会) ☎(089)909-5626	毎週木曜日 18:30～21:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※電話相談のみ こころの悩みに関することについて、精神保健福祉士が相談させていただきます 相談内容の秘密は、厳守します
ピア電話相談 (一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会) ☎(089)976-6771	毎週木曜日 10:00～13:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※電話相談のみ こころの悩みに関することについて、当事者が相談させていただきます 相談内容の秘密は、厳守します
社会福祉法人 愛媛いのちの電話 ☎(089)958-1111	毎日 12:00～24:00	主に自殺予防を目的とし、ボランティア相談員がさまざまな悩みや不安などの相談に対応します ※ホームページにインターネット相談の窓口があります

名称 電話番号 所在地	開所日 時間	内容
一般社団法人 日本いのちの電話連盟 ☎0570-783-556	毎日 10:00～22:00	主に自殺予防を目的とし、ボランティア相談員がさまざまな悩みや不安などの相談に対応します
☎0120-783-556	16:00～21:00 ※毎月10日のみ 8:00～翌朝8:00	※24時間通話料無料 どこから掛けても全国の空いている回線につながり、通話料は無料です
一般社団法人 日本産業カウンセラー 協会 四国支部 カウンセリングルーム愛媛 ☎(089)945-8110 (面接予約専用) 味酒町1-3 四国ガス第3ビル7階	月～金 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※利用方法・利用料はお問い合わせください ※相談は予約が必要です 悩みや不安、職場の問題、自分の生き方などの相談を行います
NPO法人 ころも塾 ☎(089)931-0702 大街道3丁目2-16	月～金 10:00～15:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※利用方法・利用料はお問い合わせください うつ病等に関する相談を受けています 行政や医療・福祉の専門家、他のNPO法人等、関係機関と連携して問題解決にも当たります
NPO法人 松山自殺防止センター ☎(089)913-9090 千舟町5丁目6-3	月・水・金 20:00～23:00	自殺予防を目的とし、ボランティア相談員が、さまざまな悩みや不安などの相談に対応します 緊急出動も行います ◇自死遺族のつどい（自助グループ） 毎月第1土曜日（13:30～16:00） 【事務局】☎(089)941-1890
NPO カウンセリング ラインえひめ ☎(089)956-0282	第1・第3月曜 10:00～14:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	※面接相談は予約が必要です ほっとする相談室 日常の悩みごとすべてについて面接・電話相談に応じています 年齢・性別を問わず無料で 相談内容の秘密は厳守します
よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包 摂サポートセンター) ☎0120-279-338	24時間 365日 (通話料無料)	音声ガイダンスが流れます 相談したいことを選んでください ①暮らしの困りごと、悩みを聞いてほしい方 ②外国語による相談(Helpline for Foreign People) ③DV、性暴力などの女性の相談 ④性別の違和感や同性愛などに関わる相談 ⑤自殺を考えるほど思い悩んでいる方 ⑥被災後の暮らしで困っている方

■障がいに関する相談窓口

名称 電話番号 所在地	開所日 時間	内容
松山市障がい者 総合相談窓口 ☎(089)943-6307 二番町4丁目7-2 松山市役所別館1階	月～金 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)	身体・知的・精神障がい者、障がい児やその家族からのさまざまな相談に応じ、必要な情報の提供や助言などの支援を行います
松山市障がい者北部 地域相談支援センター ☎(089)989-6555 (Fax) (089)989-6888 内宮町16-5 タマリスク内宮1階	月～金 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	障がいのある方が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、社会福祉士や精神保健福祉士などの専門職員が障がいのある方やそのご家族からの日常生活や福祉サービスなどに関するさまざまな相談を受け、必要な援助・支援を行います 【圏域地区】 (北部) 浅海、立岩、難波、正岡、北条、河野、栗井、中島、湯山、日浦、五明、伊台、三津浜、宮前、高浜、泊、由良、和気、潮見、堀江、久枝、新玉、清水、味酒、道後、味生 (南部) 久米、小野、石井、浮穴、荏原、坂本、八坂、素鷲、東雲、番町、桑原、生石、余土、垣生、雄郡
松山市障がい者南部 地域相談支援センター ☎(089)968-1009 (Fax) (089)968-1019 和泉南4丁目1-35		
愛媛県発達障がい者支援 センター「あいゆう」 ☎(089)955-5532 東温市田窪2135 子ども療育センター1階	月～金 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)	発達障がいに関する相談をお受けし、アドバイスや情報提供、関係機関の紹介等を行います
こどもの相談室 ふらっと ☎(089)997-7955 若草町8-3 ハーモニープラザ3階	月～金 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)	子どもの発達などに関する悩みや不安について相談を受け、必要な援助・支援を行います

■家族会

名称 電話番号 所在地 等	内容
明星会（松山市精神障害者地域家族会） ☎(089)945-5524 若草町 8-3 ハーモニープラザ 3F	精神障がい者の家族会 家族同士が交流し、病気についての理解を深めるとともに、精神障がいに対する社会の偏見をなくすことや、障がい者の社会復帰を目指して活動している家族を支援しています
朝美会（松山記念病院） ☎(089)925-3394 美沢 1 丁目 10-38 松山記念病院地域連携室 内	
真光園家族会（真光園） ☎(089)975-2000 南高井町 1491 真光園 内	
ともしび会（堀江病院） R6.6 に解散のため削除 ☎(089)978-2148 福角町甲 1582—堀江病院地域保健センター—内	
チューリップの会 ☎090-2784-9353 （高橋 智恵子）	アルコール依存症家族会 アルコールに関する相談や、病気の正しい理解のために学習会を実施しています アルコール依存症に悩んでいる方であれば誰でも参加可能です 開催日 毎月第 2 ・ 第 4 土曜日 午後 2 時～ 3 時
KHJ 愛媛県「こまどりの会」 ☎080-3167-2063 （太田 幸伸）	ひきこもりの子どもを持つ親の会 ひきこもりの子ども（20 歳以上）を抱える親の会 月に 1 回月例会を開催し、DVD 教材学習や懇談会（茶話会）を通じ、まずは親御さんにホッとさせていただくことから始めています
ダンボクラブ (Fax) (089)965-2593 【E-mail】 damboclub@gmail.com	発達障害（ASD・ADHD・SLD 等）の保護者会です 活動日は（月によって異なります）主に、保護者勉強会・保護者相談会・本人活動・ソーシャルスキルトレーニング・青年部活動・余暇活動など

コスモスの会 【E-mail】 atuko.cosmos.1956@gmail.com ☎090-9553-6930 (岡田 敦子)	ギャンブル依存症の家族の会 身近な人がギャンブルにはまり、苦しんでいる家族の方や周りの人が、安心できる場で分かち合い、知識・勇気・元気をもらうことを目的としています 開催日（会場はコムズ会議室） 毎月第2日曜日 午後1時30分～4時 毎月第4木曜日 午後7時～9時
--	--

■自助グループ

名称 電話番号 所在地	内容
NPO 法人 愛媛県断酒会支部 中予断酒会 ☎090-7629-7016 久万高原町東川 35-1 高木 俊三 方	断酒会 アルコール依存症などのアルコールに関する問題を抱える方のための自助会を開催しています 【実施日】 各断酒会にお問い合わせください
NPO 法人 愛媛県断酒会支部 松山断酒会 ☎(089)957-4256 ☎090-7621-0917 井門町 391-3 伊賀上 秀樹 方	
リボンの会（愛媛県摂食障害支援機構内） 【E-mail】 ribon@ehime-sessyoku.org 【URL】 http://hws7.wh.qit.ne.jp/ribonnokai/	摂食障がいの自助グループ 摂食障害を抱える女性のための自助会を開催しています 【実施日】 第4日曜日午後 1 回 500 円 ※ホームページでご確認ください
ワンピース（成人発達障害自助グループ） (Fax) (089)965-2593 【E-mail】 shgonepiece2@gmail.com	成人発達障害の自助グループ 「自己理解」「居場所づくり」「ソーシャルスキルトレーニング」等を行っています 【実施日】 月 1 回 ※詳細はお問い合わせ下さい
GA（ギャンブラーズ・アノニマス） 【E-mail】 mikio.ranju@docomo.ne.jp	ギャンブラーズ・アノニマスは、経験と力と希望を分かち合って共通する問題を解決し、ほかの人たちもギャンブルの問題から回復するように手助けしたいという共同体です ○（若草会場）松山市総合福祉センター 第1・2・4・5水曜日 午後7時～8時50分 ○（山越会場）愛媛県男女共同参画センター 第3水曜日 午後7時～8時50分 第1・3日曜日 午後2時～4時

青春のつどい ☎080-5663-5346 (島津 裕子)	アルコール依存症者やその家族等が明るく、 前向きに生きていく事を目的とした断酒会 の自助グループです 【実施日】 ※詳細はお問い合わせ下さい
---	---

■ボランティア団体

名称 電話番号 所在地	内容
ひばり ☎(089)973-7226 土居田町 283-13 木下 悦子 方	松山市精神保健ボランティアグループ 活動内容はお問い合わせください

■その他の支援団体など

名称 電話番号 所在地	内容
愛媛高次脳機能障がい者を支援する会 「あい」 ☎090-6284-5482 (代表：玉置 孝美) 【事務局】 和田甲295-9 【URL】 http:// ai-ai.jimdo.com/ 【E-mail】 tamasuke@aqua.plala.or.jp	当事者、家族によるボランティアの障がい者 支援活動団体です 不安や悩みを共有し「高次脳機能障がい者や 家族が暮らし易い社会」を目指し活動してい ます(「あい」のホームページ掲載) ●定例会 ・家族：日常報告、不安や悩みの解消、 オープン会話 ・当事者：レクリエーション、グループ会話 ●リビング「あい」 ・自立活動：外出訓練 ・個別相談：個別の無料体験相談
愛媛県精神保健福祉協会 ☎(089)934-5714 一番町4丁目4-2 愛媛県保健福祉部健康増進課内 【URL】 http://ehime-seishin.com/	精神保健福祉に関する一般の理解を深め、心 の健康を増進し、あわせて精神障がいの発生 予防並びに精神障がい者の社会復帰及び、自 立と社会経済活動への参加の促進を図るこ とを目的として活動しています 会員も募集しております

9 その他相談窓口一覧

■こころの健康・悩みなどの相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
心の病気、精神保健に関する相談	松山市保健所保健予防課 精神保健担当	089-911-1816	月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) 火曜日 9:30～11:30、木曜日 13:30～15:30 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県心と体の健康センター	089-911-3880	月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
	こころのほっとライン (一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会)	089-909-5626	○精神保健福祉士による相談 毎週木曜日 18:30～21:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
当事者による 心の病気・悩み相談	ピア電話相談 (一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会)	089-976-6771	○ピア(当事者)による相談 毎週木曜日10:00～13:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
ひきこもり相談 (18歳以上)	ひきこもり相談室 (愛媛県心と体の健康センター)	089-911-3883	月～金曜日 9:00～17:00 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
心の問題や精神的な悩み	こころのダイヤル (愛媛県心と体の健康センター)	089-917-5012	月・水・金曜日 9:00～12:00 13:00～15:00 ※電話相談のみ (休日・祝日・年末年始を除く)
心の悩み相談	社会福祉法人 愛媛いのちの電話	089-958-1111	毎日 12:00～24:00 ※ホームページにインターネット相談の窓口あり
	一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0570-783-556	毎日10:00～21:00
		0120-783-556	毎月10日 8:00～翌朝8:00(24時間通話料無料)
	一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 四国支部 カウンセリングルーム愛媛	089-945-8110 (面接予約専用)	月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
死にたい気持ち・自殺について悩んでいる方の相談	NPO法人 松山自殺防止センター	089-913-9090	月・水・金曜日 20:00～23:00 ○自死遺族のつどい 毎月第一土曜日 13:30～16:00
うつ病に悩む本人、家族、 企業の方等の相談	NPO法人こころ塾	089-931-0702	月～金曜日 10:00～15:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
健康に関する相談	松山市保健所健康づくり推進課(健康相談ダイヤル)	089-911-1817	月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
栄養に関する相談	松山市保健所健康づくり推進課(栄養相談ダイヤル)	089-911-1818	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
アルコール、薬物、 ギャンブル等依存の相談	愛媛県心と体の健康センター	089-911-3880	月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
アルコール相談(断酒)	NPO法人愛媛県断酒会 支部 松山断酒会	089-957-4256 090-7621-0917	松山市井門町391-3 伊賀上 秀樹 方
	NPO法人愛媛県断酒会 支部 中予断酒会	090-7629-7016	久万高原町東川35-1 高木 俊三 方
アルコール相談	みやもとアルコール問題相談室	090-4331-5854	月～金曜日 10:00～17:00 松山市河野別府182-1 松山市河野公民館
ネット・ゲーム依存に関する相談	NPO法人 Gumi	089-904-6031	月～金曜日 10:00～18:00(年末年始を除く) ※面接相談(要予約)
生活困窮に関する相談	松山市福祉・子育て相談窓口 (自立相談支援窓口)	089-948-6875 Fax 089-943-6688	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
生活保護申請に関する相談	松山市生活福祉総務課	089-948-6395	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)

■子どもに関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
子育て、妊娠、出産、虐待、いじめ、不登校、問題行動など、子どもに関する相談	こども家庭センター こども相談築山「こども相談」	089-943-3200	月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
育児不安や子育てに関する相談	こども家庭センター こども相談萱町	089-922-2399	月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
	こども家庭センター こども相談余土	089-972-2577	月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
0～18歳までの子どもに関すること、ひとり親家庭やDVについての相談	こども・子育て・DVらいん相談@まつやま	まずは 友だち登録をお願いします。 LINE公式ID @matsu_soudan 二次元コード 	月・木・土曜日 17:00～21:00 (祝日・年末年始を含む) ※相談は24時間365日受け付けています。ただし 相談内容への返信は翌相談対応日になります。
育児に関する相談	すくすく・サポート 市役所	089-948-6343	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	すくすく・サポート 保健所	089-911-1822	
	すくすく・サポート 南部	089-969-1400	
	すくすく・サポート 北条	089-993-0646	
	すくすく・サポート 中島	089-997-1177	
家庭や児童の問題や父子相談	松山市 福祉・子育て相談窓口 (家庭児童相談・父子相談)	089-948-6413	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
子どもの発達支援に関する相談	こどもの相談室 ふらっと	089-997-7955	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
児童問題全般の相談	愛媛県福祉総合支援センター	089-922-5040	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)※児童虐待は24時間受付
不登校、いじめ等の相談	愛媛県総合教育センター (教育相談室)	089-963-3986	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
いじめの相談	いじめほっとらいん (こども家庭センター こども相談課)	089-943-8740 soskyshien@city.matsuyama.ehime.jp	月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
	いじめ相談ダイヤル24 (愛媛県教育委員会) [国の事業名:24時間子供SOSダイヤル]	0120-0-78310 (フリーダイヤル)	毎日 24時間受付
18歳までのこどもの相談	チャイルドライン	0120-99-7777	毎日 16:00～21:00
思春期の悩みや不安に対する相談	愛媛県心と体の健康センター	089-911-3880	月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
15歳～49歳でニート状態にある若者への働くことに関する相談	えひめ若者サポートステーション	089-948-2832	月～土曜日 10:00～18:00 いよてつ高島屋 南館3階 (休日・祝日・年末年始を除く)
少年に関する問題の相談(非行相談等)	愛媛県警察少年サポートセンター	089-934-0110	月～金曜日 8:30～17:15(休日・祝日・年末年始を除く) ※第1、第3土曜日9:00～17:00分室「ひめさば」(要予約)
こどもの人権に関する相談	こどもの人権110番 (松山地方方法務局)	0120-007-110 (フリーダイヤル)	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
ヤングケアラーに関する相談	こども家庭センター こども相談築山 「ヤングケアラーほっとらいん」	089-943-3300	月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
子どものための法律相談	愛媛弁護士会	089-941-6279	月～金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00 (休館日を除く) ※「子ども電話相談」とお伝えいただき、担当弁護士から折り返し電話

■高齢者に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
高齢者の相談	松山市 福祉・子育て相談窓口 (高齢者相談)	089-948-6593	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
高齢者の総合相談	松山市地域包括支援センター ○湯築・桑原・道後 089-993-5666 (サブセンター五明・伊台・湯山 089-993-5661) ○石井・浮穴・久谷 089-957-0808 (サブセンター浮穴・久谷 089-905-8889) ○小野・久米 089-970-3761 ○東・拓南 089-915-7760 ○雄郡・新玉 089-993-7220 ○味酒・清水 089-911-1135 ○垣生・余土 089-989-7600 ○生石・味生 089-953-3888 ○三津浜 089-953-1130 ○中島 089-997-0454 ○潮見・久枝 089-994-8765 ○北条 089-992-0117 ○和気・堀江 089-911-8005		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
高齢者の心配ごと 悩みごと相談 (専門的な内容は関係機関を紹介)	愛媛県高齢者相談センター (愛媛県社会福祉協議会)	089-921-8789	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
高齢者・障がい者のための 法律相談	愛媛弁護士会	089-907-2020 (※当日限りの直通電話)	水曜日 10:00～12:00 (祝日・休館日を除く)

■障がい等に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
知的障がい者(18歳以上)に 関する相談	愛媛県福祉総合支援センター	089-923-4471	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
発達障がいに関する相談	愛媛県発達障がい者支援 センター「あいゆう」	089-955-5532	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
障がい者総合相談	松山市福祉・子育て相談窓口 (障がい者総合相談)	089-943-6307	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市障がい者 北部地域相談支援センター	089-989-6555	月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市障がい者 南部地域相談支援センター	089-968-1009	月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
小児慢性特定疾患に 関する相談	認定NPO法人ラ・ファミリエ (病気のある子どもとその家族の支援)	089-916-6035	平日と第1・第3土曜日 10:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
難病に関する相談	愛媛県難病相談支援センター (愛媛大学医学部附属病院 総合診療サポートセンター)	089-960-5013	月・水 9:00～12:00 13:00～15:00 金 9:00～12:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

■性に関する問題の相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
女性に関する相談	愛媛県福祉総合支援センター	089-927-3490 全国共通短縮ダイヤル #8008	○来所相談・電話相談 月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く) ○女性夜間電話相談 毎日 18:00～20:00 (祝日・年末年始・警報発令日を除く)
	愛媛県男女共同参画センター	089-926-1644	○一般相談(女性相談員担当) 火～金曜日 来所 8:30～16:30 電話 8:30～17:30 土・日曜日 来所・電話 8:30～16:30 (休日・祝日・年末年始を除く)※面接のみ要予約 ○心理相談(臨床心理士担当) 第1～第4木曜日 来所・電話 13:00～16:30 予約制(一般相談を受けた方) (休日・祝日・年末年始を除く) ○法律相談 (弁護士による法的手続き等の相談) 第1・第2・第4木曜日 13:30～15:30 (来所相談要予約一人30分以内) (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市男女共同参画推進センター・コムズ 相談室	089-943-5770 メール相談 お申し込みはこちらからお願いたします 	火・水・金・土曜日 10:00～20:00 (面接受付は～16:00) 日・祝日 10:00～16:00(面接受付は～15:00) (年末年始を除く) 電話30分、面接50分 ※面接のみ要予約
	松山市 福祉・子育て相談窓口 (女性相談)	089-948-6413	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	女性の人権ホットライン (松山地方法務局)	0570-070-810	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
男性に関する相談	愛媛県男女共同参画センター	089-926-1633	来所相談・電話相談(いずれも要予約) 1回につき30分以内 原則として第1水曜日・第3土曜日 9:00～12:00 13:00～15:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市男女共同参画推進センター・コムズ 相談室	089-943-5777	毎月第2水曜日・第4土曜日 18:30～20:30 (年末年始を除く) 1回30分※電話・面接共に要予約 ※日程が変更する場合あり
ひとり親家庭に関する相談 (生活、貸付)	松山市 福祉・子育て相談窓口 (母子・父子自立相談)	089-948-6749	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
0～18歳までの 子どもに関すること、 ひとり親家庭や DVについての相談	子ども・子育て・DVらいん相談@まつやま	まずは 友だち登録をお願いします。 LINE公式ID @matsu_soudan 二次元コード 	月・木・土曜日 17:00～21:00 (祝日・年末年始を含む) ※相談は24時間365日受け付けています。ただし 相談内容への返信は翌相談対応日になります。
同性愛や性別違和の相談	愛媛県LGBTQ電話相談	070-4286-0409	毎月 第2水曜日・第4日曜日 18:00～21:30 最終受付: 終了10分前まで
	NPOLレインボープライド愛媛	rainbowpride777@ gmail.com	メールは常時受付 ただし、回答には数日を要する場合も有
	よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)	0120-279-338	24時間365日(通話料無料)
LGBTQのための法律相談	愛媛弁護士会	090-5715-0217 (※当日限りの直通電話)	奇数月の第3水曜日 13:30～16:00

■法律等に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
法的トラブル解決のための相談	法テラスサポートダイヤル	0570-078374 IP電話の方は 03-6745-5600	平日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
弁護士相談	松山市市民生活課	089-948-6211	水曜日 13:30～16:00(要予約)※第5週は除く (休日・祝日・年末年始を除く)
司法書士相談	松山市市民生活課	089-948-6211	毎月第1木曜日 13:30～16:00(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)

■金融・経営・雇用に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
経営に関する相談	松山商工会議所	089-941-4111	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	北条商工会	089-993-0567	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	中島商工会	089-997-0218	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県よろず支援拠点	089-960-1131	月～土曜日 9:00～17:00 ※土曜日は予約のみ対応可 (日曜日・祝日・年末年始を除く)
	ポストコロナ総合経営支援拠点 「CONNECTえひめ」	089-960-1291	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
経営・創業相談	松山しごと創造センター	089-948-8035	月～金曜日 9:00～19:00 土曜 10:00～18:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
貸金業相談	日本貸金業協会 愛媛県支部	0570-051-051	○貸金業務に関する相談・苦情・紛争解決 ・貸付自粛に関する相談 受付時間 電話 9:00～17:00 ※ご来訪を希望される方は事前にご連絡下さい (土・日・祝日・12月29日～1月4日を除く)
	中予地方局商工観光課	089-909-8760	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	四国財務局松山財務事務所	089-941-7185 (代表)	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
労働相談	松山労働基準監督署	089-917-5250	○労働条件に関すること 月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛労働局総合労働相談コーナー	089-935-5208	月～金曜日 9:00～17:00(12:00～13:00を除く) (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山総合労働相談コーナー	089-927-5150	
	愛媛県労働委員会	089-912-2996	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	中予地方局商工観光課	089-909-8760	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400	電話相談 月～金曜日 9:00～17:00 来所相談(要予約) メール相談 sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp (休日・祝日・年末年始を除く)
若年者の就職相談	ジョブカフェ愛work (愛媛県若年者就職支援センター)	089-913-8686	月～金曜日 9:00～19:00 土曜日 10:00～18:00 来所相談(要予約)(日曜・祝日・年末年始を除く)
就職相談	特定非営利活動法人eワーク愛媛	050-8885-3338 eworksehime@gmail.com	毎週水曜日 13:00～18:00 先ずは電話かメールでお問い合わせ下さい
	ハローワーク松山	089-917-8609	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)

■多重債務に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
多重債務相談	松山市市民生活課	089-948-6211	○弁護士相談 水曜日(要予約) ※第5週は除く 13:30～16:00(休日・祝日・年末年始を除く) ○ファイナンシャルプランナー相談 毎月第1火曜日(要予約) 13:30～16:00(休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県消費生活センター	089-925-3700	月・火・木・金曜日 9:00～17:00 水曜日 9:00～19:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400	電話相談 月～金曜日 9:00～17:00 来所相談(要予約) メール相談 sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県司法書士会	089-941-1263	毎月第2・3水曜日 13:00～16:00(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
	四国財務局 多重債務者相談窓口	087-811-7801	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	法テラスサポートダイヤル	0570-078374 IP電話の方は 03-6745-5600	月～金曜日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)
	愛媛弁護士会	089-941-6279 (※事前予約制の30分枠面談)	月～金曜日 13:00～16:00 水曜日17:30～19:30

■労働安全衛生に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
職場における メンタルヘルス対策支援	愛媛産業保健総合支援センター	089-915-1911	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

■自助グループに関する相談窓口

相談内容	相談窓口	問い合わせ先	相談日時
アルコールに関する相談(断酒)	NPO法人愛媛県断酒会支部 松山断酒会	089-957-4256 090-7621-0917	松山市井門町391-3 伊賀上 秀樹 方
	NPO法人 愛媛県断酒会支部 中予断酒会	090-7629-7016	久万高原町東川35-1 高木 俊三 方
	青春のつどい	080-5663-5346	詳細はお問い合わせ下さい
摂食障害に関する相談	一般社団法人 愛媛県摂食障害支援機構	info@ehime-sessyoku.org	月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く) ホームページURL: www.magentaribbon.net
発達障害に関する相談	ワンピース(成人発達障害自助グループ)	shgonepiece2@gmail.com	詳細はお問い合わせ下さい
ギャンブル依存症に関する相談	GA(ギャンブラーズ・アノニマス)	mikiko.ranju@docomo.ne.jp	詳細はお問い合わせ下さい

■その他の相談に関する窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
人権問題に関する相談	みんなの人権110番 (松山地方法務局及び支局)	0570-003-110	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県人権啓発センター	089-941-8037	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
性暴力被害に関する相談	ひめここ(媛CC) (えひめ性暴力被害者支援センター)	089-909-8851 全国共通短縮ダイヤル #8891 NTTひかり電話の方は 0120-8891-77	24時間365日
犯罪被害にあわれた方の相談	犯罪被害者支援ダイヤル	0120-079714 IP電話の方は 03-6745-5601	平日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
	公益社団法人 被害者支援センターえひめ	089-905-0150	火～土曜日 10:00～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛弁護士会	089-941-6279	月～金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00 (休館日を除く) ※「犯罪被害者相談」とお伝えいただき、紹介を受けた担当弁護士と面談予約
交通事故の相談	愛媛県交通事故相談所	089-941-1111 (内線580)	○相談: 月～金曜日 (受付時間)9:00～12:00、13:00～15:00 (水曜日のみ14:30) (相談時間)9:00～12:00、13:00～16:00 (水曜日のみ15:00) (休日・祝日・年末年始を除く) ○弁護士無料相談: 原則第1・第3金曜日 13:00～14:00 (要予約・相談員への事前相談が必要) ※面談にて交通事故相談を希望される方は、原則、電話にて事前連絡のうえお越しいただくようお願いいたします
	公財)日弁連交通事故相談センター 愛媛県支部	089-941-6279 (※事前予約制の30分枠面談)	火曜日 13:30～16:00
事件、事故等生活の安全 に関する相談	愛媛県警察本部警察相談室	#9110 089-931-9110	平日 8:30～17:15 (上記以外は当直対応)
	松山東警察署 警察相談室	089-943-0110	
	松山西警察署 警察相談室	089-952-0110	
	松山南警察署 警察相談室	089-958-0110	
市民相談 (一般相談、犯罪被害者等支援に 関する相談等)	松山市市民生活課	089-948-6211	月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
生活相談 シェルター利用の相談	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400	電話相談 月～金曜日 9:00～17:00 来所相談 要予約 メール相談 sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp (休日・祝日・年末年始を除く)
消費生活の相談	消費者ホットライン	(局番なし)188	最寄りの消費生活相談窓口または国民生活センターをご案内します
	松山市消費生活センター (松山市市民生活課)	089-948-6382	月～金曜日 8:30～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県消費生活センター	089-925-3700	月・火・木・金曜日 9:00～17:00 水曜日 9:00～19:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

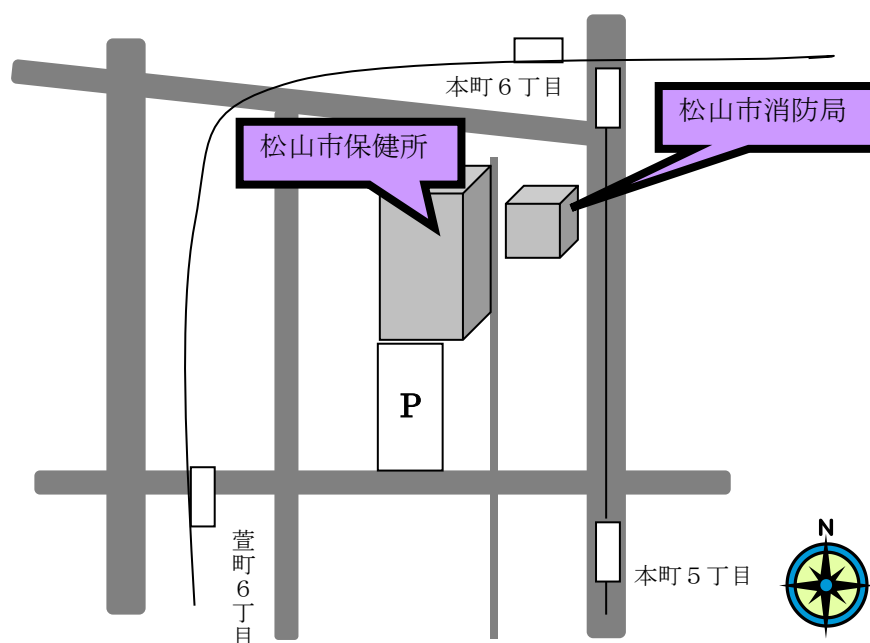
松山市保健所

松山市萱町六丁目30番地5 TEL089-911-1800（代）

●利用時間：午前8時30分～午後5時15分

●休日：土曜・日曜・祝日・年末年始

●交通：伊予鉄市内電車（本町線）本町5丁目電停下車徒歩3分
（環状線）萱町6丁目電停下車徒歩3分



発行／松山市

編集／松山市保健所 保健予防課

住所／〒790-0813 松山市萱町六丁目30番地5

TEL089-911-1816（直通）

FAX089-923-6062

令和6年度版