ⅩⅢ　精神保健福祉関係自助グループ・団体

Ⅰ　自助グループ

活動の詳細は各団体にお問い合わせください。

(1)　精神障がい当事者会

当事者同士互いの経験を通して、支えあい、学びあい、自らの力を発揮しながら、仲間作りや社会への啓発活動などを行っています。

地域の当事者会や精神障がい当事者の方々の全県的な組織として長野県ピアサポートネットワークがあります。長野県障がい者支え合い支援事業を受託しており、当事者支援員（ピアサポーター）による地域移行・普及啓発を推進しています。

※医療機関で実施されている当事者会については、P73～86をご覧ください。

長野県ピアサポートネットワーク
〒380-0838　長野市県町460-2長教ビル2階203号室　NPO法人ポプラの会内
電話 026-219-2780　　FAX 026-219-2740

圏域	名称（対象市町村）	連絡先	電話	例会等	会場
佐久	ハートサポートしゃくなげ会	小海町町民課	0267-92-2525	月１回（当事者・家族会を統合。心の健康に興味のある方も含む）	小海町役場
	若葉会	軽井沢町保健福祉課健康推進係	0267-45-8549	月１回（不定期）	木もれ陽の里
	自由に話せる会	佐久穂町健康福祉課	0267-86-2528	年10回程度	茂来館
	つなぐ会	南牧村住民課	0267-96-2211	月１回	老人福祉センター
上伊那	こころの交流会“ゆめの会”	辰野町保健福祉課	0266-41-1111	第１水・第３月	辰野町保健福祉センター
	もみじの会	箕輪町健康推進課	0265-79-3118	月１回	箕輪町保健センター
	まつの木の会	南箕輪村健康福祉課	0265-72-2105	年４回（年度による）	南箕輪村保健センター
	さくら（宮田村）	なごみ家	0265-85-2922	毎週土	なごみ家

圏域	名称（対象市町村）	連絡先	電話	例会等	会場
上伊那	ピア南信しあわせの種	長野県看護大学 屋良朝彦研究所 メール：t-yara@nagano-nurs.ac.jp HP：https://peertane.jimodofree.com	0265-81-5131	原則 第４日曜日 ※学習会は 不定期開催	宮田村　村人テラス
松本	ピアンテナ（松本市）	ハートラインまつもと	0263-86-8010	月１回 原則第４日曜日 ※学習会は 不定期開催	ハートラインまつもと
	ありのままでいいじゃん会（当事者・家族）（松本市）	上嶋	0263-33-4048	月１回 （不定期）	本郷公民館
	あったかユニットほくほく（松本市）	代表　矢口修	090-7848-5034	火曜日以外 10:00～16:00	松本市筑摩
	ガレージとーく（塩尻市）	代表　長谷川洋 メール：garagetalk@u2recovery.org HP:https://u2recovery.org/	090-4823-7494	月１回	塩尻市市民交流センター（えんぱーく）
大北	いっぽの会	大北圏域障害者総合支援センター	0261-26-3855	毎月第４金 13:00～15:00	大町市総合福祉センター
長野	精神障がい者仲間の集い　アンダンテ（長野市）	代表　小澤孝二	090-9664-2317	毎月 第１・３日 13:00～15:30	長野市障害者福祉センター（※会場確保ができない時は変更あり）
	NPO法人ポプラの会（長野市）	長野市	026-219-2780	月～金 13:00～17:00 相談受付	地域活動支援センター・ポプラ
	ひまわりの会（長野市）	絆の会事務局	026-226-6045	月１回	絆の会法人本部
北信	仲間としゃべろう会虹	北信地域障がい福祉自立支援協議会精神部会事務局（北信圏域障害者総合相談支援センター）	0269-23-3525	不定期	お問い合わせください

⑵　精神障がい者家族会

精神障がい者を抱えた家族のために結成された家族会は、お互いに悩みを語り合い、励まし合い、仲間がいるという安心感を得ながら次のような活動を行っています。

・病気や薬のこと、家族の対応の仕方、年金をはじめとした福祉制度などの学習会
・レクリエーションや行事の開催　・家族同士で行う相談、援助活動
・講演会の開催、機関誌の発行　・施設（地域活動支援センター、グループホーム等）の設置、運営
・その他障がい者が自立して暮らせるように、差別と偏見のない社会をつくるための様々な活動

各地域家族会の連合体として長野県精神保健福祉会連合会（ながのかれん）があります。

※医療機関で実施されている家族会については、P73～86をご覧ください。

特定非営利活動法人　長野県精神保健福祉会連合会（NPOながのかれん）
〒380-0936　長野市大字中御所岡田98-1(長野保健福祉事務所庁舎内)
電話 026-225-6400　　FAX 026-225-6422

圏域	名称（対象市町村）	連　絡　先	電　話	例会開催	会　場
佐久	はこべ会	小諸市健康づくり課	0267-25-1880	毎月最終金	野岸の丘総合福祉センター
	笑みの会	佐久市健康づくり推進課	0267-62-3189	役員会 年５回	佐久市保健センター
	しらかば智栄会	佐久穂町健康福祉課	0267-86-2528	年３回	町内各施設
	つなぐ会	南牧村住民課	0267-96-2211	月１回	老人福祉センター
	のぞみ会	軽井沢町保健福祉課健康推進係	0267-45-8549	休止中	木もれ陽の里
	やまゆり家族会	御代田町保健福祉課健康推進係	0267-32-2554	休止中	御代田町役場
上小	上小山びこ会	上田市健康推進課	0268-23-8244	２か月に １回	上田市城南公民館
	東御市陽だまりの会	東御市福祉課	0268-64-8888	偶数月 第２水	総合福祉センター内
	長和町精神障がい者家族会	長和町こども･健康推進課	0268-68-3494	不定期	長和町保健福祉総合センター
	すずしろ会	青木村住民福祉課	0268-49-0111	月１回	青木村保健センター
諏訪	NPO法人やまびこ会（茅野市）	ひまわり作業所	0266-73-2334	毎月第２水 相談のみ （随時）	ひまわり作業所

圏域	名称 （対象市町村）	連　絡　先	電　話	例会開催	会　場
上伊那	こだま会 （上伊那）	小池	090-7428-4740	毎月第２火 10:00～12:00	伊那保健福祉事務所
	精神障がい者家族会	原	090-4136-6859	年４回	伊那公民館
	精神障がい者家族会	箕輪町健康推進課	0265-79-3118 （内120）	年７回	箕輪町保健センター
	ひだまりの会 （宮田村）	宮田村福祉課保健予防係	0265-85-4128	不定期	なごみ家
飯伊	NPO法人ハートケア蒼い風（飯田市）	NPO法人ハートケア蒼い風	0265-53-5503	不定期	不定
木曽	こころをつなぐ家族の交流会	木曽障がい者総合支援センターともに	0264-52-2494	年３回	不定
松本	松の会	松本保健福祉事務所健康づくり支援課	0263-40-1938	第３水	松本保健福祉事務所
	松本地域精神障害者家族会連絡協議会 てまり会	会長宅（草間）	090-1048-1463	第３月	松南地区公民館
	信州言友会（吃音） （松本市）	事務局（草間）	090-1048-1463	第３日	なんなんひろば
	かたつむりの会	塩尻市保健福祉センター	0263-52-0280	第３火	塩尻市保健福祉センター
	三郷ににハ （安曇野市）	会長宅（三郷ニニハ）	090-9664-7361	不定期	会長宅（安曇野市三郷温）
	たんぽぽの会	朝日村住民福祉課	0263-99-2540	概ね 月１回木	朝日村健康センター
長野	長野社会復帰促進会 （長野市）	イイジマ眼科内 （飯島）	026-283-1141	年６回	長野市保健所
	こすもすの会 （長野市）	中条支所 （保健師）	026-268-3001	年４回	かがやきひろば中条
	絆の会家族会 （長野市）	絆の会事務局	026-226-6045	例会年３回 教室年２回	絆の会法人本部
	ライフサポート りんどう家族会 （長野市）	長野市	026-239-7077	不定期	ライフサポートりんどう
	長野南福祉家族会 ふれあいの会 （長野市）	メゾン・ド・エスポワール	026-269-6655	年３～４回	希来里
野	須坂市精神障害者家族会ときわ会	須坂市保健センター	026-248-9023	隔月第３月曜 13：30 ～16：00	須坂市保健センター

圏域	名称（対象市町村）	連　絡　先	電　話	例会開催	会　場
	千曲市家族会	千曲市保健センター	026-273-1111	不定期	千曲市保健センター
	ひまわり会	坂城町保健センター	0268-75-6230	年５回程度	坂城町保健センター
	みすみ会	小布施町ワークホームみすみ草	026-247-6343	不定期	不定
	いづみ会	高山村保健福祉総合センター	026-242-1202	不定期	高山村保健福祉総合センター
北信	飯山精神障がい者家族会やよい会	飯山市保健福祉課	0269-67-0727	随時	飯山市保健センター
	山ノ内町精神障害者家族会やまぶきの会	山ノ内町健康福祉課	0269-33-3116	年３回	山ノ内町保健センター
	つくし会	木島平村民生課	0269-82-3111	不定期	木島平村保健センター
	野沢温泉村精神障がい者家族会	野沢温泉村保健センター	0269-85-3201	不定期	野沢温泉村保健センター
	すみれ会	栄村健康支援係	0269-87-3020	不定期	お問い合わせください

⑶　アルコール依存症に関する自助グループ

※医療機関で実施しているグループについては、P73～86をご覧ください。

①　断酒会

アルコール依存症からの回復をめざす、アルコール依存症者やその家族の自助グループです。会によって参加者の範囲が、当事者のみ、あるいは、家族や支援者の参加ができるなど異なりますので、詳細は各会にお問い合わせの上、ご参加ください。

※例会開催時間は、備考欄に記載がないものは全て19:00～21:00となります。

NPO法人 長野県断酒連合会　　理事長　土屋　毅
〒399-8204　安曇野市豊科高家3770-27　　電話　0263-73-2534

※連絡先については現在、確認中です。

圏域	名　称	連絡先	電　話	例会日	会　場	備　考
佐久	小諸断酒会			毎週火	小諸市人権センター	19:30～21:00
上小	上田断酒会			毎週木	上田勤労者福祉センター	19:30～21:00
	東信断酒新生会			毎週月	くりまた美容室別館	13:00～15:00
	上田市丸子断酒会			第１・３月	上田市丸子公民館	19:00～21:00
上伊那	伊那断酒会			毎週木	伊那公民館	第２木は家族会
	駒見会			毎週火	長寿荘	
	箕輪断酒会			毎週土	箕輪町社会福祉総合センター	
飯伊	飯田断酒会			毎週金	さんとぴあ飯田	第１金は家族会
木曽	木曽おんたけ断酒会			毎週水	木曽福島保健センター	19:30～21:00
松本	松本断酒会			毎週水	松本市あがたの森文化会館	第３水は家族会
	塩尻断酒新生会			毎週金	塩尻市総合文化会館	第２金は家族会
	アルプス断酒会			毎週木	松本市西部保健福祉センター	第１木は家族会
	あずみ野断酒会			毎週水	豊科交流学習センター	第１・３水は家族会
大北	北アルプス断酒会			毎週火	池田町交流センターかえで	19:00～20:30
長野	飯綱断酒会			毎週水	飯綱町民会館 ※変更の可能性あり	
	戸倉断酒会			毎週月	戸倉コミュニティセンター	19:30～20:30
	須高断酒会			毎週木	小布施町公民館	
	長野断酒会			毎週土	長野市 障害者福祉センター	
	長野断酒新生会			毎週水	長野市 障害者福祉センター	第２・４水は家族会

※連絡先については現在、確認中です。

圏域	名　称	連絡先	電　話	例会日	会　場	備　考
長野	篠ノ井断酒新生会			毎週金	篠ノ井総合市民センター	
	信濃町断酒会			第4水	信濃町総合会館	18:00～19:00
北信	中高断酒会			毎週火	中野市人権センター	第３火 家族会

②　ＡＡ（アルコホーリクス・アノニマス＝無名のアルコール依存症者の集まり）

アルコール依存症者の自助グループです。“クローズド”は本人のみ参加できます。“オープン”は本人･家族・関係者、どなたでも参加できます。

連絡先：AA関東甲信越セントラルオフィス
〒170-0005　東京都豊島区南大塚3-34-16 オータニビル3階　　電話　03-5957-3506

圏域	名　称	開催曜日	時　間	会　場	備　考
佐久	らいでんグループ	毎週月	19:30～21:00	小諸市会館人権センター	オープン、祝日休
		毎週金	19:30～21:00	佐久市浅間会館	クローズド、祝日休
	軽井沢グループ	毎週木	19:30～20:30	木もれ陽の里	オープン、祝日休
上小	上田グループ	毎週水	19:30～21:00	上田市ふれあい福祉センター	第１水のみオープン
諏訪	諏訪グループ	毎週水・土	19:30～21:00	カトリック諏訪教会	オープン
飯伊	飯田グループ	第１・３木	19:30～20:30	さんとぴあ飯田	オープン
松本	松本グループ	毎週月	19:30～21:00	松本市なんなんひろば	オープン、祝日休
	塩尻ビックブックグループ	毎週金	19:30～21:00	塩尻総合文化センター	オープン
	あがたの森グループ	毎週火	19:30～21:00	あがたの森文化会館	オープン

長野	長野グループ	毎週火	19:30～21:00	カトリック篠ノ井教会	第１火のみオープン
		毎週金	19:30～21:00	千曲市埴生公民館	第１金のみオープン
		毎週木	19:30～21:00	長野めぐみ教会	オープン
女性クローズド ミーティング		第２火	19:30～20:30	佐久市福祉総合センター	クローズド、祝日休

③　アラノン（アルコール依存症者の家族と友人の集まり）

お酒の問題を持つ人から影響を受けた、または受けている家族・友人・関係者の方なら誰でも参加できます。同じ経験を持っている仲間だけが参加できるクローズドミーティングです。

連絡先：NPO法人 アラノンジャパンＧＳＯ（日本アラノン本部）
〒221-0075　神奈川県横浜市神奈川区白幡上町19-13
電話　045-642-8777(10:30～15:00)　水・土・日･祝休み

圏域	名　称	開催曜日	時　間	会　場
諏訪	諏訪グループ	毎週土	14:30～15:30	カトリック諏訪教会
松本	安曇野グループ	毎週水	13:30～14:30	豊科交流学習センターきぼう

④　断酒のための当事者グループ（酒害者回復クラブ）

半自助・半治療と位置付けた会です。支援者の参加もあります。活動の詳細は各団体にお問い合わせください。

圏域	名　称	連絡先・電話	例会日	時　間	会　場
諏訪	茅野酒害者回復クラブ	諏訪中央病院 患者サポートセンター 0266-72-1000	毎週火	19:00～20:30	諏訪中央病院 第一会議室
	下諏訪酒害者回復クラブ	諏訪共立病院　相談室 0266-28-2012	毎週木	19:00～20:00	諏訪共立病院 東館　２階
飯伊	松川酒害者回復クラブ	小林 久司 090-5201-4475	毎週月	19:00～20:30	松川町中央公民館

⑤　その他アルコール依存症に関する家族のグループ

圏域	名　称	開催曜日	時　間	会　場
佐久	小諸家族会	毎週月	14:00～15:30	小諸市人権センター
	野沢家族会	毎週土	14:00～15:30	野沢会館
	みよた家族会	毎週水	19:00～21:00	エコールみよた

⑷　薬物依存症に関する自助グループ

①　ＮＡ（ナルコティクス・アノニマス＝薬物依存症者の自助グループ）

薬物依存症者本人の自助グループです。長野県内で開催しているグループには、本人以外の方も参加できます。

連絡先：ＮＡ長野インフォメーション　0268-36-1525(長野ダルク内)
（会場については変更があるため、参加の際は上記までお問い合せください。）

圏域	会　場	開催曜日	時　間
佐久	野沢会館 生涯学習センター（佐久市）	毎週火	18:15～19:15
松本	カトリック松本教会（松本市）	毎週土	18:15～19:15
	なんなん広場（松本市）	毎週月・水・木	18:15～19:15
長野	長野カトリック教会（長野市）	毎週金	18:15～19:15

②　信州薬物依存症を考える家族の集い　オハナ会（薬物依存症者の家族グループ）

薬物の依存問題を抱える家族で構成された、家族のためのサポートグループです。

連絡先：精神保健福祉センター　026-266-0280
オハナ会メール　ohana.shinsyu@gmail.com
（会場・開催日については変更があるため、参加の際は上記までお問い合せください。）

会　場	開催曜日	時　間
松本市中央公民館（Ｍウイング）	第２土	13:30～15:30

⑸　ギャンブル依存症に関する自助グループ

①　ギャンブル依存症者の自助グループ（ＧＡ＝ギャンブラーズ･アノニマス）

ギャンブル依存症者本人の自助グループです。長野県内で開催しているグループには、本人以外の方も参加できます。

連絡先：ＧＡ日本インフォメーションセンター
〒242-0017　神奈川県大和市大和東3-14-6 KNハウス101
メール　gajapan@rj9.so-net.ne.jp　　FAX　046-263-3781

圏域	グループ名	開催曜日	時　間	会　場
上小	信州上田	毎週水	19:00～20:30	上田市ふれあい福祉センター
飯伊	飯田	毎週火	19:30～21:00	丘の上　結いスクエア
松本	松本	毎週日	13:30～15:00	島内公民館
		毎週土	19:00～20:30	松南地区公民館
長野	長野	毎週木	19:00～20:30	長野市ふれあい福祉センター

②　ギャンブル依存症者の家族・友人のための自助グループ（ギャマノン）

ギャンブルの問題の影響を受けた家族・友人のためのグループです。

連絡先：ギャマノン日本サービスオフィス
メール　info@gam-anon.jp　　FAX　03-6659-4879

圏域	グループ名	開催曜日	時　間	会　場
諏訪	諏訪	第１・２・４・５水 第３火	19:30～21:00	諏訪湖ハイツ（おかや総合福祉センター）
飯伊	アップロード飯田	毎週火	19:00～20:30	「丘の上 結いスクエア」内 飯田市公民館２階楽屋B
松本	松本	毎週日	14:00～16:00	カトリック松本教会
	松本南	毎週木 （祝祭日休み）	19:30～21:00	松本市なんなんひろば
	安曇野ステップ	毎週金	19:30～20:45	安曇野市豊科公民館
長野	長野	毎週金	19:30～21:00	長野市ふれあい福祉センター
	長野南	毎週水	19:30～21:00	ハーモニー桃の郷（長野市障害者福祉施設）

⑹　てんかんに関するグループ

「公益社団法人日本てんかん協会（波の会）」長野県支部
　てんかん患者と家族や医師、専門職、ボランティア市民等の会です。
【活動】
　電話・個別相談
　例会: 年２～２回
　てんかん講座:年１回
　全国機関紙「月刊　波」と「しなの乃波」の発送：月１回
　「日本てんかん協会長野県支部」のツイッターがあります。
【連絡先】
　長野県支部事務局　　塚田
　電　話　080-6935-8643　　FAX　0263-82-5110

⑺　家族を自死で亡くされた方のグループ

「やまなみ」
　長野県の自死遺族による自助グループです。
【活動】
　奇数月の第三土曜日に、長野市と松本市とで交互に分かち合いを開催しています。
【連絡先】
　メール　yamanaminokai@gmail.com
　電話　　070-3324-0224（前島　晴美）
　　090-8487-0124（中山　恵実子）

　精神保健福祉センターと佐久・上田・伊那・松本保健福祉事務所では、共催で自死遺族交流会「あすなろの会」を開催しています（伊那（南信会場）は伊那市とも共催）。詳しくは、精神保健福祉センターまたは各保健福祉事務所にお問い合わせください。精神保健福祉センターのホームページでも情報をご覧いただけます。
◆長野県公式ホームページ「Webサイト信州」⇒「自死遺族の方へ」で検索
　https://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/heisetsu/jisatsuyobo/izoku.html

⑻　認知症に関するグループ

公益社団法人「認知症の人と家族の会」長野県支部（国際名：Alzheimer’s Association Japan）
【連絡先】
　県支部代表　　伝田　景光
　〒388-8016　長野市篠ノ井有旅2337-1　宅老所のぞみ内
　電　話　026-293-0379　　FAX　026-293-9946

⑼　発達障がい児者家族の会

「発達障がい支援のための資源ハンドブック第４版」（2022年　長野県精神保健福祉センター発行）に掲載されています。インターネット上でPDFのダウンロードが可能です。

◆長野県公式ホームページ　⇒　「発達障がい支援のための資源ハンドブック」で検索
https://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/heisetsu/hattatsushogai/kankobutsu.html
（右記のQRコードからもアクセス可能）

⑽　ひきこもり関連の支援機関・家族会

①　長野県子ども・若者サポートネット

ニート、ひきこもり、不登校、発達障がい等の様々な困難を有する子ども・若者を支援するために、福祉、保健・医療、雇用、教育、矯正・更生保護、民間団体等の様々な分野の支援機関で構成し、効果的に連携しながら支援することを目的としています。地域の詳しい状況については各事務局にお問合せください。

名　称	事務局	住　所	電　話
東信子ども・若者サポートネット（東信子ども･若者支援地域協議会）	一般社団法人ふれジョブ	小諸市柏木7-35	090-5796-7506
南信子ども・若者サポートネット（南信子ども･若者支援地域協議会）	特定非営利活動法人子ども・若者サポートはみんぐ	伊那市荒井3500-1 伊那市生涯学習センター５階	0265-76-7627
中信子ども・若者サポートネット（中信子ども･若者支援地域協議会）	特定非営利活動法人ジョイフル	塩尻市広丘原新田282-2	0263-50-5810
北信子ども・若者サポートネット（北信子ども･若者支援地域協議会）	企業組合労協ながの	長野市南長野新田町1482-2	026-213-6051

②　子ども・若者支援団体交流サイト「となりんぐ信州」

長野県内で子ども・若者支援に取り組む団体や支援機関一覧を掲載している総合的情報サイトで各団体の情報を確認できます。

Web サイト　http://www.jisedai.pref.nagano.lg.jp/

③　ひきこもり家族会

保健福祉事務所や市町村等の行政機関が主催または連携している家族会のうち掲載の了解を得られた家族会です。詳細は各連絡先にお問い合わせください。

圏域	名　称 （事務局）	連絡先	会　場	備　考
諏訪	KHJ長野県セイム・ハート ひきこもり家族会	090-2229-5689(代表)	岡谷総合福祉センター諏訪湖ハイツ	第３日曜日 14:00～16:00
松本	ひきこもり家族交流会 （安曇野市）	0263-71-2265 （安曇野市子ども家庭支援課）	安曇野市役所	年４回 13:30～15:30
大北	ふらっと茶屋 （松川村）	0261-62-3290 （松川村福祉課）	かぶろ会館	年４回 13:30～15:00
長野	花そう会 （長野市保健所）	026-226-9965 （長野市保健所健康課）	長野市保健所	毎月１回 14:00～16:00
	本人と家族のためのつどい （千曲市）	026-273-1111 内線2131 （千曲市健康推進課）	昼の部：千曲市戸倉人権はつらつセンター 夜の部：千曲市保健センター	昼の部:月２回 13:30～15:30 夜の部:月１回 19:00～21:00

(11)　摂食障がいに関する自助グループ

①　ＯＡさくほグループ

ＯＡ（オーバーイーターズアノニマス）は、食べ物へのとらわれ （過食・過食嘔吐・拒食・下剤乱用など）という共通の問題から回復するための仲間の集まりです。

オープンミーティング

日時	第１木曜日9：30～10：30　第２，３，４，５木曜日19：00～20：00
場所	ハ千穂福祉センター
連絡先	oa.sakuho@gmail.com

② **パステル・ポコ**

摂食障がいからの回復を願う人のためのミーティングです。

＜家族の会＞オープンミーティング　＜当事者の会＞クローズドミーティング

日時	毎月第２・４土曜日　13:00～15:00
場所	東御市中央公民館　（〒389-0517　東御市県288-4　TEL:0268-64-5885）
参加費	200円（資料代等）
連絡先	パステル・ポコ TEL　090-4522-5785（柳橋） ホームページ　https://pastelpoko-tomi.localinfo.jp/
その他	参加方法は会場参加とオンライン参加があります。 会場参加の場合は事前の連絡は不要です。直接会場にお越しください。 オンライン参加をご希望の方は上記代表者の電話番号に連絡してください。 日程変更等はホームページでお知らせします。 参加者の年齢・性別に制限はなく、どなたでも参加可能です。 本人・家族の会は別室で実施しています。

③　ＮＡＢＡ（ナバ）

摂食障がいからの回復と成長を願う人々の自助・ピアサポートグループです。直接足を運べない人も利用できる会報や電話相談などがあります。家族・友人の会「やどかり」があります。

連絡先：日本アノレキシア（拒食症）・ブリミア（過食症）協会 〒156-0057　東京都世田谷区上北沢4-19-12 シャンボール上北沢212 TEL　03-3302-0710 ホームページ　https://naba1987.web.fc2.com/index.html	
電話相談	摂食障がい本人・家族からの問合せや相談の電話を無料で受けています。 TEL　03-3302-0710（月・水・木・金　13：00～16：00） 摂食障がい家族・友人・パートナーの相談を無料で受けています。 TEL　03-3302-0580（第２・４・５火曜日　13：00～16：00）
その他	メンバー（会員）制です。会員になると、毎月会報（紙面上のミーティング）が送られます。入会前でも、電話相談・資料請求やリアルまたはオンラインでのミーティングへのお試し参加ができます。

⑿　性的マイノリティに関する自助グループ

①　gid.jp日本性同一性障害・性別違和と共に生きる人々の会　（甲信支部）

活動状況等	甲信支部としては現在休会中。 性同一性障害当事者かつ臨床心理士により心理相談を実施している。 本部　Eメール：jimukyoku@gids.or.jp　電話：050-5236－1304 HP：https://gids.or.jp

２　精神保健福祉ボランティアグループ

精神障がい者の社会参加の促進に貢献し、よりよい街づくりを目指すことを目的に、精神障がい者を対象としたボランティア活動を行っているグループや、個人会員相互の交流を深める活動を行っているグループです。

圏域	グループ名	〒	連　絡　先	電　話
上小	花みずき会	389-0502	東御市鞍掛197 東御市福祉課	0268-64-8888
諏訪	シクラメンの会	394-0081	岡谷市長地権現町4-11-50 地域活動支援センター　ひだまりの家 指定就労継続支援B型事業所　ひだまり作業所	0266-24-4633
	（NPO） 夢と心を育てる会	391-0213	茅野市豊平3072-6	0266-73-1414
上伊那	あしの会	396-0111	伊那市美篶9116	0265-73-4019
	精神ボランティア メンタルケア ほほえみ	399-4105	駒ヶ根市赤須東2-12 障がい者センター高砂園	0265-82-2012
	みのわ イノベーショナル 心の支援センター きらめき	399-4601	上伊那郡箕輪町中箕輪10589-14 代表　清水 順子	080-3143-5959
	ひまわりの会	399-4601	上伊那郡箕輪町中箕輪10974-3 代表　大木喜美子	0265-70-5110 090-7812-0854
	まつぼっくりの会	399-4511	上伊那郡南箕輪村2380-1212 南箕輪村社会福祉協議会	0265-76-5522
	さざんかの会	399-4592	上伊那郡宮田村3180-4 宮田村地域活動支援センター　なごみ家	0265-85-2922
松本	ひめこぶしの会	399-8205	安曇野市豊科4149 ひめこぶしの家	0263-72-8553
	あゆみの会	390-1104	東筑摩郡朝日村古見1286 朝日村健康センター	0263-99-2540
大北	小谷村精神保健福祉サポーターカモミール	399-9494	北安曇郡小谷村中小谷丙131 小谷村住民福祉課	0261-82-2582
長野	桐の会	380-0928	長野市若里3-14-23 絆の会法人本部内	026-226-6045
	ルーラル	387-0011	千曲市戸倉2388 千曲市社会福祉協議会	026-276-2687

圏域	グループ名	〒	連　絡　先	電　話
長野	(NPO)みんなの居場所未来スペース	389-0603	埴科郡坂城町南条4718-1	0268-71-6613
	ひまわり会	389-1305	上水内郡信濃町大字柏原429番地17 信濃町社会福祉協議会	026-255-5926
北信	メタセコイア友の会	383-0042	中野市西条70-1 中野市社会福祉協議会	0269-26-3111
	そよかぜ			
	かすみ草の会	389-2702	下水内郡栄村北信3433 栄村役場	0269-87-3020

３　精神保健福祉関係団体

(1)　長野県精神保健福祉協議会

精神保健福祉に関する知識の普及啓発を図り、精神保健福祉事業の発展に努め、県民の精神的健康の保持・向上をめざして活動しています。

精神保健福祉功労者の表彰などの活動にも取り組んでいます。

事務局　〒381-8577　長野市大字下駒沢618-1
長野県精神保健福祉センター内
電　話　026-266-0280　　FAX　026-266-0502

(2)　長野県精神障がい者スポーツ推進協議会

精神障がい者スポーツを推進し、精神障がい者の心身の健康の増進と社会参加意欲の高揚を図り、ノーマライゼーションの確立に寄与することを目的としています。

事務局　〒381-8577　長野市大字下駒沢618-1
長野県精神保健福祉センター内
電　話　026-266-0280　　FAX　026-266-0502

(3)　きょうされん長野支部

障がいのある人たちが地域で働く・活動する・生活することを応援し、地域や国レベルで障がい者福祉の充実と発展をめざし運動を進めている全国組織の支部です。

事務局　〒398-0002　大町市大町2532-10
共同作業所　がんばりやさん内
電　話　0261-85-2912　　FAX　0261-85-2913

(4)　信州ＳＳＴネットワーク

ＳＳＴとは、対人技能のスキルアップを目指した訓練で、自分の気持ちや、考え、用件などを上手に人に伝え、自分の希望をかなえるためにロールプレイという方法で練習します。

年に３回の研修会と毎月の地域学習会を行っています。

事務局　〒380-0948　長野市差出南3丁目7-1　社会福祉法人ウエルフェアコスモス
地域密着型介護老人福祉施設コスモス苑
電　話　026-228-1500　　FAX　026-267-5556
ホームページURL:　http://shinsyu-sst.net/

⑸　医療団体・職能団体

関係団体名	〒	連　　絡　　先	電　話 （ＦＡＸ）
長野県精神科病院協会	386-8584	上田市中央東4-61 千曲荘病院内	0268-22-6611 (0268-22-6612)
長野県精神神経科診療所協会	380-0921	長野市栗田1579 東口メンタルクリニック内	026-267-7708 (026-267-7688)
長野県薬剤師会	390-0802	松本市旭2-10-15 長野県薬剤師会医薬品総合研究センター内	0263-34-5511 (0263-34-0075)
日本精神科看護協会 長野県支部	395-8505	飯田市大通1-15 飯田病院内	0265-22-5150 (0265-22-3988)
長野県看護協会	390-0802	松本市旭2-11-34 長野県看護協会会館	0263-35-0421 (0263-34-0311)
長野県精神保健福祉士協会	380-0921	長野市栗田695 栗田病院内 http://napsw.sakura.ne.jp/hp/	026-226-1311 (026-224-8673)
長野県社会福祉士会	380-0836	長野市南長野南県町685-2 長野県食糧会館6階	026-266-0294 (026-266-0339)
長野県介護福祉士会	380-0928	長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所庁舎2階	026-223-6670 (026-223-6679)
長野県公認心理師・臨床心理士協会	399-4101	松本市村井町西2丁目15-1 医療法人芳州会 村井病院　第２診療部 臨床心理室内	――