

はじめに

「精神保健福祉ハンドブック2025」をお届けします。

このハンドブックは、長野県内の精神保健福祉サービスや医療の全体像を把握できるよう、制度のあらましや県内の関連機関の情報を集約したものです。現在は時代の動向を踏まえて、冊子体で配布するのではなく、原則として当センターのホームページより閲覧していただくことを前提として作成しておりますが、いつもお手元に置くハンドブックのように、長野県の精神保健福祉に関して知りたいことがあるときに、まず参照していただける網羅的な情報源としてお役に立つことができれば幸いです。

現在、厚生労働省の主導のもとで「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築が地域ごとに進められています。精神障がいの有無や程度にかかわらず、誰もが安心して自分らしく暮らせる地域をつくるために、市町村や地域援助事業者、精神科医療機関、その他の医療機関などが連携して支援体制を構築することが求められています。ささやかではありますが、保健、福祉、医療分野の関係者が連携して地域の実情に合わせた機能的な支援体制を構築するための一助になればとも願っております。

なお、このハンドブックは、3年に1度全県を対象とした調査を行って情報を更新していますが、掲載された各関係機関の状況は変化している可能性があります。ご利用にあたっては、当該機関のホームページなどで最新の状況をご確認ください。ご意見やご要望があれば、ぜひ当センターまでご意見をお寄せください。ハンドブックがより実用的なものとなるよう、今後ともご支援とご助力をお願い申し上げます。

令和8年3月

長野県精神保健福祉センター
所長 萩原 徹也

目 次

I 精神障がい者の理解のために	1
II 精神障害者保健福祉手帳・障害年金・各種手当・サービス	
1 精神障害者保健福祉手帳とは?	3
(1) 精神障害者保健福祉手帳の概要	3
(2) 手帳を持っていると受けられる優遇措置等	5
2 障害年金を受けるには?	8
(1) 障害年金の概要	8
(2) 請求手続き	10
(3) 請求後・決定後の手続き	11
(4) 留意点	11
(5) 特別障害給付金	12
(6) 県内年金事務所一覧	12
3 各種手当を受けるには?	13
(1) 特別障害者手当	13
(2) 障害児福祉手当	13
(3) 特別児童扶養手当	14
(4) 児童扶養手当	14
(5) 心身障害者扶養共済制度	15
(6) 健康保険の傷病手当金	16
(7) 厚生年金の障害手当金（一時金）	16
4 地域の生活で使えるサービスは?	17
(1) 障害者総合支援法	17
(2) 県単独（委託）事業	18
III 生活費及び医療費に困ったときの支援制度	
1 生活費に困ったときは?	19
(1) 生活保護	19
(2) 生活福祉資金	19
(3) 無料低額診療所	20
(4) 住居確保給付金	20
(5) 新たな住宅セーフティネット制度における相談支援	21

2 医療費の負担で困ったときは？	22
(1) 自立支援医療(精神通院医療)	22
(2) 福祉医療費給付事業	23
(3) 高額療養費制度	25
(4) 国民健康保険料の軽減と減免	26
(5) 後期高齢者医療制度	26
(6) 医療費の所得税控除	26

IV 就労を支援する相談機関

就労を支援する機関は？	27
(1) 公共職業安定所(ハローワーク)	27
(2) 長野障害者職業センター	29
(3) 障害者就業・生活支援センター	30
(4) 若年者就業サポートセンター(ジョブカフェ信州)	31
(5) 地域若者サポートステーション	31
(6) 生活就労支援センター(まいさぼ)	32
(7) その他の労働に関する相談先	34

V お金の管理や契約に関する支援制度

お金の管理や契約などで困ったときは？	37
(1) 日常生活自立支援事業	37
(2) 成年後見制度	37

VI 市町村単独事業の実施状況及びデイケアの状況

市町村単独事業実施状況	40
(1) 市町村単独実施事業の概要	40
(2) 市町村単独実施事業の詳細	43
(3) 市町村が実施するデイケア	43

VII 身近な相談機関

(1) 市町村	45
(2) 保健福祉事務所	50
(3) 市福祉事務所	52

VIII 専門的かつ広域的な相談機関

- (1) 障害者総合支援センター 53
- (2) 精神保健福祉センター 56
- (3) 長野県発達障がい情報・支援センター「といろ」 56

IX 様々な悩みに対応した相談機関

- (1) 社会福祉協議会 57
- (2) 児童相談所 58
- (3) 総合教育センター・教育事務所 58
- (4) 女性相談センター(配偶者暴力相談支援センター) 59
- (5) 男女共同参画センター(あいとぴあ) 59
- (6) いのちの電話 59
- (7) 自死遺族に関する事 60
- (8) よりそいホットライン 60
- (9) LINEによる相談 61
- (10) にんしんSOSながの 63
- (11) 若年性認知症コールセンター 63
- (12) 犯罪被害・暴力等に関する事 64
- (13) 障がい者虐待防止センター 64
- (14) 法律に関する事 64
- (15) 人権相談に関する事 65
- (16) 児童・青少年に関する事 66
- (17) 消費生活に関する事 67
- (18) 地域生活定着支援センター 67
- (19) 性的マイノリティに関する事 68

X その他の活用できる施設

- (1) 長野県障がい者福祉センター(サンアップル)・サテライト施設 69
- (2) 救護施設 70
- (3) 長野ダルク 70

XI 医療機関等

- I 医療関係相談機関 71
 - (1) 長野県精神障がい者在宅アセスメントセンター「りんどう」 71
 - (2) 認知症疾患医療センター 71
 - (3) 高次脳機能障害支援拠点病院 71
 - (4) てんかん支援拠点病院 71

(5) 長野県摂食障がい支援拠点病院	72
(6) 依存症専門医療機関	72
2 県内の医療機関(指定自立支援医療機関(精神通院医療))	73

XII 精神保健福祉関係自助グループ・団体

1 自助グループ	89
(1) 精神障がい当事者会	89
(2) 精神障がい者家族会	91
(3) アルコール依存症に関する自助グループ	93
(4) 薬物依存症に関する自助グループ	97
(5) ギャンブル等依存症に関する自助グループ	98
(6) てんかんに関する自助グループ	99
(7) 家族を自死で亡くされた方のグループ	100
(8) 認知症に関するグループ	100
(9) 発達障がい児者家族の会	100
(10) ひきこもり関連の支援機関・家族会	101
(11) 摂食障がいに関する自助グループ	102
(12) 性的マイノリティに関する自助グループ	104
2 精神保健福祉ボランティアグループ	104
3 精神保健福祉関係団体	104
(1) 長野県精神保健福祉協議会	104
(2) 長野県精神障がい者スポーツ推進協議会	104
(3) きょうされん長野支部	105
(4) 信州SSTネットワーク	105
(5) 医療団体・職能団体	105
.....	

このハンドブックの使い方

長野県内の精神保健福祉に関する支援の充実を図るため、地域で支援にあたっている方々に、支援の参考にさせていただけるよう作成いたしました。今後の支援のステップアップに役立てていただけたら幸いです。

