

令和5年度

精神保健福祉ガイドブック

Take it easy



岐阜市保健所 地域保健課

はじめに

精神障がいのある方やそのご家族が、どのようなサービスが受けられるのか、どこに相談すればよいのか戸惑う方もいらっしゃるのではないかと思います。そこで、このガイドブックでは、まず皆様が気軽に相談できる窓口を、詳しく掲載いたしました。

精神障害者保健福祉手帳の手続きや、医療費の助成、さらに障害福祉サービスの利用や、就労に向けた訓練や支援などについて、わかりやすい解説を心がけ、病気についてのご相談や治療のために利用していただく医療機関の一覧も掲載しております。

また、市では、第四次ぎふ市民健康基本計画の中で「休養・こころの健康づくり」を推進しており、その重要な取り組みである「うつ・自殺対策」に関する情報も、このガイドブックにも掲載しておりますので、是非ご活用下さい。

「Take it easy (テイク イット イージー)」、気楽に、くよくよせず、無理をしないで、困ったことがあれば、一人で抱え込まず相談していただくきっかけとしていただければ幸いです。

このガイドブックが少しでも皆様のお役に立てることを願っております。

令和5年10月

岐阜市保健所長 中村 こそ枝

目次

1)	精神障がい者に関する法律	1
2)	相談窓口	
	保健センター、岐阜市保健所地域保健課	2
	岐阜県精神保健福祉センター、岐阜いのちの電話	3
	岐阜市子ども・若者総合支援センター“エールぎふ”、岐阜県発達障害者支援センター	4
	障がい者110番、岐阜市福祉サービス利用支援センター（岐阜市社会福祉協議会） 岐阜県精神科救急情報センター	5
3)	精神障害者保健福祉手帳	6～8
4)	精神障がい者に関わる医療費の助成	
	自立支援医療費（精神通院医療）の支給	9～13
	重度心身障害者等医療費助成制度	13
5)	年金及び手当等	
	障がいに関する年金	14
	福祉資金、生活福祉資金、特別障害給付金	15
	特別障害者手当、障害児福祉手当、特別児童扶養手当、心身障害者扶養共済制度	16
6)	障害福祉サービス等	
	障害福祉サービスの仕組み	17
	障害福祉サービス等利用の手続き	18
	計画相談支援	
	相談支援事業者一覧	19～20
	介護給付	
	居宅介護	21～24
	短期入所（ショートステイ）、行動援護、生活介護	24～25
	訓練等給付	
	就労移行支援、就労継続支援A・B型、自立訓練、共同生活援助（グループホーム）	26～32
	地域生活支援事業	
	移動支援事業、日常生活用具給付等事業、基幹相談支援事業、地域活動支援センター事業	33～34
7)	就労に向けた訓練や支援	
	岐阜公共職業安定所（ハローワーク岐阜）、障がい者就業・生活支援センター	35
	職業相談、岐阜市生活・就労サポートセンター、岐阜市社会的居場所「いっぽいっぽ」	36
	岐阜障害者職業センター	37
8)	自助・互助・支援グループ	
	岐阜市あけぼの会、脳外傷友の会、千の風の会（岐阜県自死遺族の会）、断酒会	38
	ダルク（DARC）、チュラサンガ、仕事工房ポポロ、べんぼすた、カモミール会	39
	その人らしさを支える会、コミュニティサポートスクエア、 子どもの人権ネットワーク・岐阜、その他依存症に関する自助・互助・支援グループ	40
9)	医療機関、訪問看護等	
	総合病院等、精神科病院	41～42
	診療所	43～44
	医療機関MAP	45
	訪問看護事業者	46～47
	高次脳機能障害支援事業協力医療機関（岐阜圏域）、依存症専門医療機関、 依存症治療拠点機関、認知症疾患医療センター	48
10)	精神障害者保健福祉手帳サービスに関する資料	
	精神障害者保健福祉手帳サービス一覧	49～50
	軽自動車税の減免について、普通自動車の自動車税減免について	51～52
	NHK放送受信料免除について	53
	避難行動要支援者名簿への登録について	54
	家具の固定をやりませう！、ミライロIDについて	55
11)	うつ・自殺対策について	
	知ってほしい睡眠のこと	56
	うつ病って、どんな病気？	57
	うつ病が疑われたら、うつ病にならないために	58
	「こころの体温計」でメンタルチェック！	59
	ゲートキーパーを知っていますか？	60
	アルコールとこころの健康	61
12)	ひきこもりについて	62
13)	大人の発達障がいについて	63

1) 精神障がい者に関する法律

○ 精神保健及び精神障害者福祉に関する法律

(精神保健福祉法)

精神障がい者の権利の擁護を図りつつ、医療及び保護を行い、社会復帰の促進及び自立と社会経済活動への参加の促進のために必要な援助を行い、並びに発生の予防その他国民の精神的健康の保持及び増進に努めることによって、精神障がい者の福祉の増進及び国民の精神保健の向上を図ることを目的とするものです。

○ 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)

障がい者及び障がい児が基本的人権を享有する個人としての尊厳にふさわしい日常生活又は社会生活を営むことができるよう、必要な障害福祉サービスに係る給付、地域生活支援事業その他の支援を総合的にを行い、もって障がい者及び障がい児の福祉の増進を図るとともに、障がいの有無にかかわらず国民が相互に人格と個性を尊重し安心して暮らすことのできる地域社会の実現に寄与することを目的とするものです。

○ 障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律

(障害者差別解消法)

全ての障がい者が、障がい者でない者と等しく、基本的人権を享有する個人としてその尊厳が重んぜられ、その尊厳にふさわしい生活を保障される権利を有することを踏まえ、障がいを理由とする差別の解消の推進に関する基本的な事項、行政機関等及び事業者における差別を解消するための措置等を定めることにより、差別の解消を推進し、もって全ての国民が、障がいの有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現に資することを目的とするものです。

2) 相談・申請窓口

保健センター、岐阜市保健所地域保健課

◇ こころの相談・訪問

精神保健福祉相談員や保健師がこころの健康や地域で生活していくための様々な相談に応じます。必要に応じて家庭を訪問し、生活環境を調整します。必要な場合は、病院などの関係機関と連絡をとりながら相談に応じます。

◇ 障害者差別解消法相談窓口

障害者差別解消法（精神・難病）についての相談をお受けします。
お問い合わせ先 岐阜市保健所地域保健課 電話 252-7191

◇ 大人の発達障がい相談窓口

大人の発達障がいについての相談をお受けします。
お問い合わせ先 下記お問い合わせ先・申請窓口参照

◇ 精神科医によるこころの健康相談会（精神保健相談）

月に1回、専門医師による相談を受け付けます。事前に予約が必要です。
お問い合わせ先 岐阜市保健所地域保健課 電話 252-7191

◇ 法律とこころの健康相談会

弁護士と臨床心理士による相談を受け付けます。事前に予約が必要です。
お問い合わせ先 岐阜市保健所地域保健課 電話 252-7191

◇ 各種申請

精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療受給者証（精神通院）、障害福祉サービス等の申請の受付を行います。

◇ お問い合わせ先・申請窓口

名称	所在地	電話	開所時間
岐阜市保健所地域保健課	〒500-8309 岐阜市都通 2-19 (1階)	252-7191	月～金 8:45～17:30 (祝日、年末 年始を除く)
中保健センター	〒500-8879 岐阜市徹明通 2-18 柳ヶ瀬グラスル 35 (3階)	214-6630	
南保健センター	〒500-8268 岐阜市茜部菱野 1-75-2	271-8010	
北保健センター	〒502-0082 岐阜市長良東 2-140	232-7681	

岐阜県精神保健福祉センター

岐阜県精神保健福祉センターは、県内における精神保健福祉活動の中核的役割を担い、保健所などの関係機関への技術協力、研修会の開催、広報活動、調査研究、精神保健福祉関係団体の育成などを行う機関です。こころの健康に関する相談も行います。

◇ 精神保健福祉相談

医師、保健師、公認心理師、社会福祉士等が、こころの健康、アルコール、薬物、ギャンブル、ゲーム、ネットなどの依存症、自殺、ひきこもりなどに関する相談に応じます。なお、相談（無料・予約制）は月・水・木・金の午前9時～午後4時です。電話による相談も行います。

名 称	所 在 地	電 話
岐阜県精神保健福祉センター 岐阜県ひきこもり地域支援センター (岐阜県障がい者総合相談センター内)	〒502-0854 岐阜市鷺山向井 2563-18	231-9724

◇ 電話相談（こころのダイヤル119番）

こころの健康について電話による相談を行います。

名 称	電 話	受付時間
こころのダイヤル119番	233-0119	毎週 月～金 10時～12時 13時～16時 (祝日、年末年始を除く)
こころのケア専用ダイヤル	090-5610-7578	毎週 月・水・金 10時～12時 13時～15時 (祝日、年末年始を除く)

岐阜いのちの電話

困難や危機にあって、誰にも相談できず、自殺などさまざまな精神的危機に追い込まれる人たちが、再び生きる喜びを見出されることを願いつつ相談に応じます。

名 称	電 話	受付時間
岐阜いのちの電話	277-4343	毎日 19:00～22:00 第1・3土曜日 8:00～19:00
	(メール相談) 「岐阜いのちの電話協会」のホームページから、メール相談入力画面に入り、必要事項と相談内容を記入して送ってください。	
自殺予防いのちの電話	フリーダイヤル 0120-783-556	毎月10日 朝8時～翌朝8時まで 毎日 16:00～21:00
	ナビダイヤル 0570-783-556	10:00～22:00

岐阜市子ども・若者総合支援センター “エールぎふ”

子ども・若者（0歳～20歳前）に関する悩みや不安に対し、相談及び支援を行います。

- ・育児やしつけなど子育て全般に関すること
- ・児童虐待、家庭での子どもの養育に関すること
- ・不登校、非行、いじめなどに関すること
- ・発達障がいに関すること
- ・就学や就労に関すること など

名 称	岐阜市子ども・若者総合支援センター “エールぎふ”
所 在 地	〒500-8813 岐阜市明徳町 11 番地
開所時間 月～金 8:45～17:30 (祝日、年末年始を除く) 子ども専用 “子ども ホットダイヤル” は 24時間	<p>【電話相談】</p> <p>総合相談 0120-43-7830 (ツリヤミ ☎)</p> <p>子ども専用 “子どもホットダイヤル” 0120-43-1474</p> <p>児童虐待通告専用 058-269-1600</p> <p>【メール相談】</p> <p>総合相談 E-mail : gifu-kodomo-wakamono@world.ocn.ne.jp</p> <p>子ども専用 “子どもホットメール” E-mail : gifu43izime-nashi@soleil.ocn.ne.jp</p> <p>【来所相談】</p> <p>来所相談を希望される場合も、事前に総合相談にお電話をいただき、予約をお取り下さい。</p>

岐阜県発達障害者支援センター

発達障がいのある方やそのご家族、関係機関の方に対して相談及び支援を行います。

名 称	所 在 地	電 話	受付時間
岐阜県発達障害者 支援センター	〒502-0854 岐阜市鷺山向井 2563- 18 (岐阜県障がい者総 合相談センター2階)	相談専用ダイヤル 233-5106 ※来所相談は、電話での 事前予約が必要です。	月～金 9:00～16:00 (祝日、年末年始 を除く)

障がい者110番

常設の窓口や電話等で障がい者または家族等からの、障がい者の人権及び権利の擁護その他さまざまな相談に応じます。内容に応じて委託の弁護士、精神科医師に連絡し対応します。

名 称	所 在 地	電 話	対応時間
障がい者110番	〒500-8309 岐阜市都通2-2 岐阜市民福祉活動センター内1階	253-1881	月～金 9:00～16:00 (祝日、年末年始を除く)

岐阜市福祉サービス利用支援センター（岐阜市社会福祉協議会）

◇ 日常生活自立支援事業

福祉サービスは、利用者の意思で必要なサービスを選び、事業者と契約を結ぶことが必要となります。そこで、日常生活に不安があり自己の能力で様々なサービスを適切に利用することが困難な方に対して、サービスを利用しやすいよう支援を行います。

※ 施設や病院で生活している方も対象になります。

① 福祉サービス利用援助

福祉サービスの利用に関する情報の提供・相談・申請手続き等

② 日常的金銭管理サービス

年金及び福祉手当の受領に必要な手続き、医療費、税金、社会保険料や公共料金支払いの手続き等

③ 書類等預かりサービス

通帳、各種証書（年金証書、保険証書、権利証、契約書等）、実印、銀行印

名 称	所 在 地	電 話	受付時間
岐阜市福祉サービス 利用支援センター	〒500-8309 岐阜市都通2-2 岐阜市民福祉活動センター 内2階	252-6661	月～金 8:45～17:30 (祝日、年末年始を除く)

岐阜県精神科救急情報センター

救急受診の必要性や当番病院の案内等について、専門員が24時間相談に応じています。

名 称	電 話
岐阜県精神科救急情報センター	0575-79-3993

3) 精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳とは？

精神障がいのある方が一定の障がいの状態にあることを証明する手帳です。精神障がいのある方の自立と社会参加の手助けとなるよう、様々な支援が受け易くなります。

障がいの程度により 1～3 級に分類されます。有効期間は 2 年間です。

手帳の所持者が受けられるサービスについては、49～55 ページの資料をご参照ください。取得については以下のようになります。

精神障害者保健福祉手帳の申請の流れ

申請に必要なものを持参し、窓口にて申請の手続きを行ってください。

<窓口：中・南・北保健センター、岐阜市保健所地域保健課（2ページ参照）>

約2～3か月後

「手帳交付通知」が届き次第、指定された窓口へお越しください。

※ 手帳をお渡しする窓口は、原則、住所地を管轄する保健センターです。

※申請からお渡しまで約2～3か月かかります。ただし申請書類に不備等があると手帳のお渡しが遅れることがありますので、お早めの申請をおすすめします。

届出が必要なとき・・・精神障害者保健福祉手帳

こちらをご覧ください。

届出が必要なとき	掲載ページ
新規の申請をしたい	7ページ
更新の申請をしたい	7ページ
手帳の等級を変更したい	7ページ
氏名が変わった	7ページ
住所が変わった	7ページ
市外へ転出した ⇒ 転出先の自治体へお問い合わせください。	
写真なしの手帳から、写真つきの手帳にしたい	7ページ
なくした / 汚れた / 破れた	7ページ
自立支援医療（精神通院）と同時に申請したい	8ページ

【新規・更新・等級変更】精神障害者保健福祉手帳の申請

- **更新申請は、有効期限の日の3か月前から**できます。重度心身障害者等医療費助成制度を受給している方以外には、更新案内は送っておりませんので、有効期限をご確認の上、お早めに窓口で手続きを行ってください。
例) 有効期限が令和5年8月31日の場合、令和5年6月1日から更新申請ができます。
- 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方で、障がいの程度が変わった場合、等級変更の申請を行うことができます。

◆申請に必要なもの◆

• ①②のいずれかの書類

- ① 診断書（精神障害者保健福祉手帳用）
 - 初診日から6か月以上経過している必要があります。
 - 診断書は、申請日より概ね3か月以内に作成されたものが有効です。
 - 診断書の様式は窓口にあります。
- ② **精神障がい**を理由とし、障害年金受給中の年金番号が確認できる書類
 - 障害年金証書（国民年金・厚生年金保険年金証書、平成9年以降のもの）
または障害年金振込通知書、または特別障害者給付金証書

- 写真1枚（縦4cm×横3cm）
 - 正面・無帽で1年以内に撮影されたもの。
 - 裏面に氏名及び生年月日を記入してください。
- 現在お持ちの精神障害者保健福祉手帳（新規申請の場合は不要です。）
- 申請書（窓口にあります。）
- 本人の同意書（②での申請の時に記入。窓口にあります。）
- マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

住所・氏名の変更、紛失・汚損等による再交付

住所・氏名に変更があった場合、紛失・汚損による再交付や写真貼付無しから写真貼付有りへ変更するための再交付を希望される場合は、窓口で手続きをしてください。

◆申請に必要なもの◆

- 写真1枚（縦4cm×横3cm）
 - ※正面・無帽で1年以内に撮影されたもの。
 - 裏面に氏名・生年月日を記入してください。
- 現在お持ちの手帳 ※紛失の場合を除く
- 変更の場合は、変更したことが確認できる書類
 - ※氏名変更の場合は変更前と変更後の氏名が記載してある書類
 - 例：住民票、運転免許証、健康保険証（住所が手書きのものは不可）等
- 障害者手帳記載事項変更届・再交付申請書（窓口にあります。）
- マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

自立支援医療受給者証（精神通院）の交付との同時申請

精神障害者保健福祉手帳の交付申請のために、**診断書（精神障害者保健福祉手帳用）**をご用意いただいた方は、自立支援医療受給者証（精神通院）の交付申請を同時に行うことができます。窓口でご相談ください。

なお、**自立支援医療受給者証（精神通院）の有効期間は1年間**です。**手帳の有効期限（2年間）とは異なります**ので、有効期間にご注意ください。再認定（更新）をお知らせする個別通知は行っておりませんので、自立支援医療受給者証（精神通院）が必要な方は有効期間が切れる前に、再認定（更新）申請を窓口で行ってください。（詳しくは10ページ参照）

◆申請に必要なもの◆

○精神障害者保健福祉手帳の申請に必要なもの → 7ページ参照

○自立支援医療受給者証（精神通院）の申請に必要なもの

- ・健康保険証又は生活保護を受給していることが確認できる書類（写し可）

受診者の保険の種類（生活保護を除く）	必要な保険証（写し可）
国民健康保険	同一世帯の方全員の国民健康保険証
後期高齢者医療	同一世帯の方全員の後期高齢者医療被保険者証
その他の国民健康保険（建設国保等）	同一世帯の方全員の国民健康保険証
その他の健康保険（本人・被保険者）	受診者の健康保険証（本人・被保険者）
その他の健康保険（家族・被扶養者）	受診者の健康保険証（家族・被扶養者）に加え、健康保険証（本人・被保険者）が必要です。

- ・現在お持ちの自立支援医療受給者証（精神通院）（新規申請の場合は不要です。）
- ・年金振込通知書（原本）または年金や手当の振込総額が確認できる通帳など（公的年金や手当を受給されている方）※非課税世帯の場合に必要です。
- ・課税状況等の調査についての「同意書」（窓口にあります。）
- ・自立支援医療受給者証（精神通院）の申請書（窓口にあります。）
- ・収入申告書（窓口にあります。非課税世帯の場合に必要です。）
- ※ **転入等により市町村民税所得課税証明書等が必要となる場合があります。**
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）
※マイナンバー制度による情報連携の運用の開始により、省略可能な書類があります。詳しくは窓口にお問い合わせください。

岐阜市から市外へ転出する場合の申請

岐阜市から他市町村に転出する場合は、転出先の自治体に問い合わせください。

4) 精神障がい者に関わる医療費の助成

自立支援医療費（精神通院医療）の支給

自立支援医療費（精神通院医療）とは？

通院による精神医療を続ける必要がある病状の方が対象で、その通院にかかる医療費の自己負担割合が1割に軽減される制度です。有効期間は1年間です。

この制度が利用できるのは、指定自立支援医療機関（精神通院医療）に限ります。原則、1つの病院または診療所、1つの薬局、1つの訪問看護事業所を指定することができます。

自立支援医療費（精神通院医療）の申請の流れ

窓口にて申請の手続きを行ってください。〈窓口は、中・南・北保健センター、岐阜市保健所地域保健課です。（2ページ参照）〉

窓口には、申請に必要なもの（掲載ページを参照）を持参してください。

再認定（更新）の方は、有効期限が切れないようご注意ください。申請から受取りまでに、約2～3か月必要です。

認定された方には、自立支援医療受給者証（精神通院）が岐阜市保健所地域保健課より、原則申請者住所へ送付されます。なお、医療機関に送付する場合があります。

届出が必要なおとき・・・自立支援医療費（精神通院医療）

こちらをご覧ください。

届出が必要なおとき	掲載ページ
新規の申請をしたい	10ページ
再認定（更新）の申請をしたい	10ページ
手帳と同時に申請をしたい	8ページ
医療機関（病院・診療所/薬局/訪問看護事業者など）の指定を変更したい	11ページ
複数の医療機関を指定したい	11ページ
市内での転居をした	11ページ
岐阜県内の市町村から岐阜市に転入した	11ページ
岐阜県外の市区町村から岐阜市に転入した	12ページ
市外へ転出した ⇒ 転出先の自治体へお問い合わせください。	
氏名が変わった	11ページ
加入している健康保険が変わった / 生活保護になった	11ページ
なくした / 汚れた / 破れた	12ページ

【新規・再認定（更新）】自立支援医療費（精神通院医療）申請

- ・再認定（更新）申請は、有効期間の終了日の概ね3か月前から受け付け可能です。
- ・再認定（更新）をお知らせする個別通知は行っておりませんので、有効期間をご確認の上、窓口で手続きを行ってください。

◆申請に必要なもの◆

- ・主治医が作成した診断書（精神通院医療用）（提出が必要な方）
 - ・再認定（更新）申請の方は診断書の提出が2年に1回です。ただし治療方針に変更がある場合は診断書が必要になりますので、医療機関にお尋ねください。
 - ・診断書は申請日より概ね3か月以内に作成されたものが有効です。
- ・健康保険証又は生活保護を受給していることが確認できる書類（写し可）

受診者の保険の種類（生活保護を除く）	必要な保険証（写し可）
国民健康保険	同一世帯の方全員の国民健康保険証
後期高齢者医療	同一世帯の方全員の後期高齢者医療被保険者証
その他の国民健康保険（建設国保等）	同一世帯の方全員の国民健康保険証
その他の健康保険（本人・被保険者）	受診者の健康保険証（本人・被保険者）
その他の健康保険（家族・被扶養者）	受診者の健康保険証（家族・被扶養者）に加え、健康保険証（本人・被保険者）が必要です。

- ・現在お持ちの自立支援医療受給者証（精神通院）（新規申請の場合は不要です。）
- ・年金振込通知書（原本）または年金や手当の振込総額が確認できる通帳など（公的年金や手当を受給されている方）※非課税世帯の場合に必要です。
- ・課税状況等の調査についての「同意書」（窓口にあります。）
- ・申請書（窓口にあります。）
- ・収入申告書（窓口にあります。非課税世帯の場合に必要です。）
 ※転入等により市町村民税所得課税証明書等が必要となる場合があります。
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）
 ※マイナンバー制度による情報連携の運用の開始により、省略可能な書類があります。詳しくは窓口にお問い合わせください。

精神障害者保健福祉手帳の交付との同時申請

精神障害者保健福祉手帳の申請時と同時に自立支援医療費（精神通院医療）の申請をされる場合は、手帳申請取得用の診断書を提出することで、自立支援医療費（精神通院医療）の診断書を省略することができます。（詳しくは8ページ参照）

【変更申請】住所（市内・県内）、氏名、加入されている健康保険等の変更

住所（市内・県内）、氏名、加入している健康保険等に変更があった場合、窓口で申請を行ってください。健康保険から生活保護受給となった場合も変更申請を行ってください。

◆申請に必要なもの◆

- ・現在お持ちの自立支援医療費受給者証（精神通院）
- ・**変更の事実を確認できる書類 ※詳しくは窓口にお問い合わせください。**
例：運転免許証、住民票、健康保険証（住所が手書きのものは不可）、生活保護受給証明書など
- ・記載事項変更届（窓口にあります。）
- ・（県内の市町村から岐阜市への転入の場合）市町村民税所得課税証明書
※詳細に関しては窓口にお問い合わせください。
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

【指定医療機関の変更申請】病院・診療所、薬局、訪問看護事業者などの変更

ご都合により病院・診療所、薬局や訪問看護事業者を変更する場合、窓口で申請を行ってください。

◆申請に必要なもの◆

- ・現在お持ちの自立支援医療費受給者証（精神通院）
- ・申請書（窓口にあります。）
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

【複数指定医療機関の申請】複数の医療機関を指定する場合の申請

医療機関の指定は、医療が重複しないために、原則、1つの病院または診療所、1つの薬局、1つの訪問看護事業者です。複数の医療機関の指定を希望される場合、主医療機関（診断書作成医療機関）にて作成した「複数医療機関の指定に関する理由書」を窓口へ提出していただきます。

◆申請に必要なもの◆

- ・複数医療機関の指定に関する理由書
- ・現在お持ちの自立支援医療費受給者証（精神通院）
- ・申請書（窓口にあります）
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

【再交付】紛失・汚損による再交付の申請

紛失・汚損により再交付を希望する場合は、窓口で申請を行ってください。

◆申請に必要なもの◆

- ・現在お持ちの自立支援医療費受給者証（精神通院）（紛失を除く。）
- ・申請書（窓口にあります。）
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

【都道府県間住所の変更】他県等から岐阜市に転入した場合の申請

他県等より岐阜市に転入した場合は、手続きが必要です。また、再認定（更新）の申請も、有効期間の終了日の概ね3か月前から一緒に手続きできます。窓口へお越しください。

◆申請に必要なもの◆

- ・前に住んでいた自治体の自立支援医療費受給者証（精神通院）の**原本**（必須）
- ・岐阜市の住所が確認できる書類
例：住民票・運転免許証・国民健康保険証・生活保護受給証明書など
- ・現在の健康保険証

受診者の保険の種類（生活保護を除く）	必要な保険証（写し可）
国民健康保険	同一世帯の方全員の国民健康保険証
後期高齢者医療	同一世帯の方全員の後期高齢者医療被保険者証
その他の国民健康保険（建設国保等）	同一世帯の方全員の国民健康保険証
その他の健康保険（本人・被保険者）	受診者の健康保険証（本人・被保険者）
その他の健康保険（家族・被扶養者）	受診者の健康保険証（家族・被扶養者）に加え、健康保険証（本人・被保険者）が必要です。

・市町村民税所得課税証明書

受診者の保険の種類によって、市町村民税所得課税証明書が必要となる対象者が異なりますので、ご確認ください。

受診者の保険の種類	必要な課税証明書
国民健康保険・後期高齢者医療等	同一の保険に加入している方全員分
その他の健康保険	その他の健康保険（本人・被保険者）の分

※必要な課税年度については、ご確認ください。

- ・生活保護を受けている場合は、岐阜市で発行された生活保護受給証明書
- ・申請書（窓口にあります。）
- ・収入申告書（窓口にあります。非課税世帯の場合に必要です。）
- ・診断書を取り寄せる旨の同意書（窓口にあります。）
- ・マイナンバー制度の導入に伴う本人確認書類（13ページ参照）

※マイナンバー制度による情報連携の運用の開始により、省略可能な書類があります。詳しくは窓口にお問い合わせください。

岐阜市から市外へ転出する場合の申請

岐阜市から他市町村に転出する場合は、転出先の自治体に問い合わせください。

マイナンバー制度の導入に伴うお願い

マイナンバー制度の導入に伴い、精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療費（精神通院医療）の申請の際に、本人確認書類が必要となります。本人確認書類は、**個人番号確認書類**と**身元確認書類**の両方が必要となります。申請の際には、以下の書類を窓口までお持ちください。

■個人番号確認書類

個人番号カード、通知カード（記載された氏名、住所等が住民票に記載されている事項と一致している場合に限り、使用可能）、個人番号が記載された住民票の写し

■身元確認書類

本人の精神障害者保健福祉手帳（写真付）など1点

（運転免許証、パスポート、写真入住民基本台帳カードなどでもよいです。）

*身元確認書類がそろわないときは、以下の書類から2点でもよいです。下記の書類がそろわない場合も、ほかの書類で代用できる場合もありますので、詳しくは、岐阜市保健所地域保健課までお問い合わせください。

健康保険証／介護保険証／住民票／自立支援医療受給者証（精神通院）／生活保護受給証明書／年金手帳／医療受給者証／精神障害者保健福祉手帳（写真なし）など

重度心身障害者等医療費助成制度

健康保険証を使用して、病院等で治療を受けた時や薬を処方されたときに、窓口で支払う自己負担分を助成する制度です。

精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方で、1級又は2級の方が対象です。手帳を返還した場合・有効期限切れの場合、この制度は受けられません。

※ 健康保険証保持者が対象となります。

※ **本人及び配偶者、扶養義務者等に所得制限**があります。

◆申請に必要なもの◆

- ・ 健康保険証
- ・ 申請者の身元確認（本人確認）ができるもの（個人番号カード、運転免許証、パスポート、障害者手帳等写真付きのもの1点又は写真付きでないもの2点）
- ・ 現在お持ちの精神障害者保健福祉手帳（1級又は2級）
- ・ 転入の方は所得課税証明書（本人、配偶者、扶養義務者等のものが必要です。詳細は市役所 福祉医療課まで）
- ・ 申請書（窓口にあります。）

◇お問い合わせ先 市役所 福祉医療課 電話 214-2127

◇窓口 市役所 福祉医療課、各事務所、中・南・北保健センター

※ 月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

5) 年金及び手当等

障がいに関する年金

国民年金の加入中に初診日（初めて医師の診察を受けた日）がある病気やけがによって一定の障がいの状態になったとき、また、20歳前に初診日がある病気やけがによって同様の状態になったときは、障害基礎年金を受けることができます。

厚生年金の加入中に初診日のある病気やけがによって同様の状態になったとき、障害厚生年金を受けることができます。

ただし、20歳前に初診日がある場合を除いては、保険料の納付要件を満たしていることが必要です。

その他、制度の詳細については下記へお問い合わせください。

◇ お問い合わせ先

名 称	初診日の年金制度	所 在 地	電 話	受付時間
市役所 国保・年金課 年金係	国民年金 (満20歳までの 初診日)	〒500-8701 岐阜市司町 40-1 1F	214-2086 (予約制) まずはお電話を	月～金 8:30～17:30 (祝日、年末年始を除く)
岐阜南年金事務所	厚生年金 国民年金	〒500-8381 岐阜市市橋 2-1-15	273-6161	相談時間 月曜日※ 8:30～19:00
岐阜北年金事務所	厚生年金 国民年金	〒502-8502 岐阜市大福町 3-10-1	294-6364	火～金曜日 8:30～17:15 第2土曜日 9:30～16:00
街角の年金 相談センター岐阜	厚生年金 国民年金	〒500-8891 岐阜市香蘭 2-23 オーキッドパーク西 棟3F	来訪相談のみ	※月曜日が祝日の場合は、 翌日以降の開所日の初日 予約制

※第3及び第4号厚生年金加入中に初診日がある場合は、各共済組合へお問い合わせください。

日本年金機構では、全国の年金事務所で年金相談の予約を実施しています。

年金事務所等の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望される方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。予約は「予約受付専用電話」で受付けております。

ご予約の際は、基礎年金番号の分かる基礎年金番号通知書や年金手帳、年金証書をご準備ください。

一般的な年金相談に関するお問い合わせは「ねんきんダイヤル」をご利用ください。

<p>『ねんきんダイヤル』 0570-05-1165 050 から始まる電話でおかけになる場合は、03-6700-1165 受付時間：上記と同じ</p>
<p>『予約受付専用電話』 0570-05-4890 050 から始まる電話でおかけになる場合は、03-6631-7521 受付時間：月～金曜日（平日）8:30～17:15</p>

○予約相談の場合は、お客様のご都合にあわせて、スムーズに相談できます。

また、相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ丁寧に対応します。

福祉資金

岐阜市に居住し、臨時的、一時的な事情により生活に困窮した世帯に対し、生活の安定と福祉の向上を図るために必要な貸付を行っています。

※民生委員・児童委員の意見書及び連帯保証人（1名）が必要です。

※原則として岐阜市生活・就労サポートセンター（36ページ参照）での相談が必要です。

※貸付にあたっては、条件・審査があります。

◇お問い合わせ先 市役所 生活福祉二課 電話 214-2158

※月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

生活福祉資金

低所得世帯、障がい者世帯、高齢者世帯を対象とした、福祉資金（福祉費・緊急小口資金）、教育支援資金（教育支援費・就学支度費）、総合支援資金（生活支援費・住宅入居費・一時生活再建費）の貸付を行っています。

※資金の種類によっては、以下が必要となる場合があります。

○民生委員・児童委員の意見書

○連帯保証人（1名）

（緊急小口資金は、連帯保証人を必要としません。）

○岐阜市生活・就労サポートセンター（36ページ参照）での相談

※貸付にあたっては、条件・審査があります。

◇お問い合わせ先 岐阜市社会福祉協議会 電話 253-0294

※月～金の8:45～17:30（来所による相談は16:30まで）が対応時間です。

（祝日、年末年始を除く）

特別障害給付金

下記の①または②に該当する国民年金の任意加入対象者で、任意加入していなかった期間内に初診日（初めて医師の診察を受けた日）があり、65歳になる日の前日までに障害基礎年金の1級または2級相当の障がいに該当する方に、特別障害給付金が支給されます。

様々な条件がありますので、詳しくは下記へお問い合わせください。

① 平成3年3月以前に国民年金の任意加入対象であった学生

② 昭和61年3月以前に国民年金の任意加入対象であった厚生年金、共済組合等の加入者の配偶者

◇お問い合わせ先 市役所 国保・年金課 年金係 電話 214-2086

※月～金の8:30～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

特別障害者手当

20歳以上の方で、精神、知的または身体に著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする在宅の方に対して支給されます（障害者手帳の所有の有無に関わらず申請できます。）。

※本人及び配偶者等に所得制限があります。

※施設等に入所されている場合、病院に3か月以上継続して入院されている場合は対象となりません。

◇お問い合わせ先 市役所 障がい福祉課 電話 214-2135

※月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

障害児福祉手当

20歳未満の方で、精神、知的または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする方に対して支給されます（障害者手帳の所有の有無に関わらず申請できます。）。

※本人又は扶養義務者の所得制限があります。

※施設等に入所されている場合や障害厚生年金等を受けている場合は対象となりません。

◇お問い合わせ先 市役所 障がい福祉課 電話 214-2135

※月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

特別児童扶養手当

精神、知的または身体に障がいがあるため、日常生活において著しい制限を受けていると認められた20歳未満の方を扶養している方に対して支給されます（障害者手帳の所有の有無に関わらず申請できます。）。

※受給者、配偶者又は扶養義務者の所得制限があります。

※施設等に入所されている場合や障害厚生年金等を受けている場合は対象となりません。

◇お問い合わせ先 市役所 障がい福祉課 電話 214-2135

※月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

心身障害者扶養共済制度

障がい者を扶養している保護者が自らの生存中に毎月一定の掛け金を納めることにより、保護者に万一のこと（死亡など）があった場合、障がい者に終身一定額の年金を支給する制度です。掛け金は加入したときの保護者の年齢によって異なります。

<加入できる保護者>

障がい者を現に扶養している、市内に住所のある65歳未満の保護者（父母・配偶者・兄弟姉妹・祖父母・その他の親族等）で、特別の疾病、障がいがなく、生命保険の対象となれる方です。

◇お問い合わせ先 市役所 障がい福祉課 電話 214-2135

※月～金の8:45～17:30が対応時間です。（祝日、年末年始を除く）

6) 障害福祉サービス等

障害福祉サービスの仕組み

◇障害者総合支援法によるサービス

・障害福祉サービス

① 介護給付（21～25 ページ参照）

障がい起因する日常生活上、継続的に必要な介護支援であり、ホームヘルプや短期入所などが該当します。

② 訓練等給付（26～32 ページ参照）

障がいのある方が地域で生活するために提供される訓練的支援であり、機能訓練や生活訓練、就労に関する支援などが該当します。

・地域生活支援事業（33～34 ページ参照）

移動支援など、地域の実情にあわせ各種サービスを提供します。

・相談支援事業

① 計画相談支援（19～20 ページ参照）

障害福祉サービス等の申請にかかる支給決定前に、サービス等利用計画案を作成し、支給決定後にサービス事業者等との連絡調整等を行うとともに、サービス等利用計画の作成や計画の見直しを行います。

② 地域相談支援

- ・地域移行支援：精神科病院に入院している精神障がいのある方に、住居の確保、地域における生活に移行するための活動に関する相談、その他必要な支援を行います。
- ・地域定着支援：居家で単身等で生活する障がいのある方に、常時の連絡体制を確保し、障がいの特性に起因して生じた緊急事態等に相談、その他必要な支援を行います。

◇対象要件

主治医から障害福祉サービスの利用が適当と認められ、①又は②に該当する方等

- ① 精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- ② 自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方

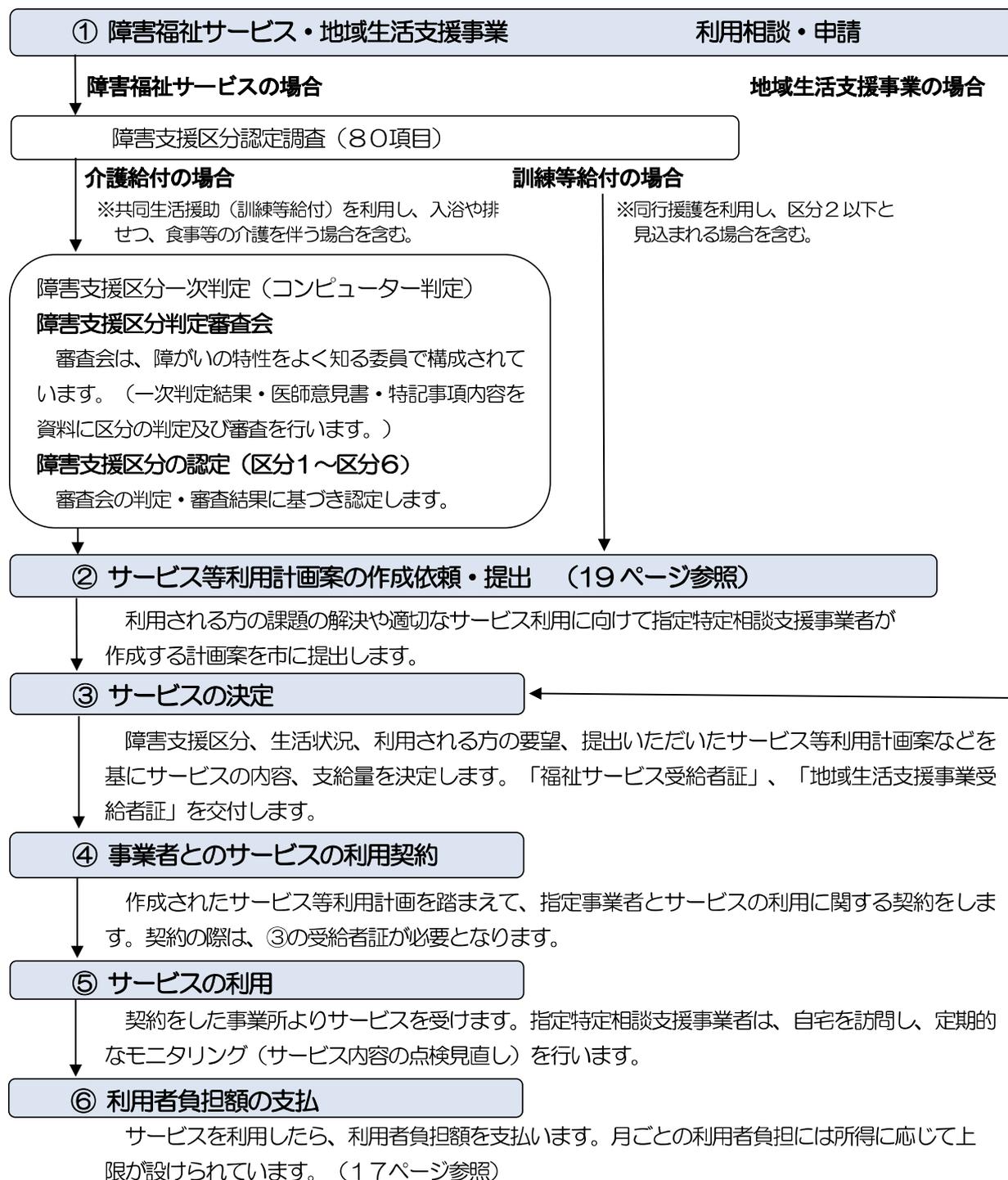
◇利用者負担上限月額

利用者負担の上限月額について、18 歳以上の障がいのある方は、利用者本人の属する世帯（本人及び配偶者）の所得に応じて、以下の5 区分に設定されています。

※市町村民税未申告の方は、市民税課で申告をしてください。

所得区分	障がい者	障がい児
生活保護 生活保護受給世帯	0円	0円
低所得 市町村民税非課税世帯	0円	0円
一般 市町村民税課税世帯 (市町村民税所得割額 16 万円未満)	9,300円	4,600円
一般 市町村民税課税世帯 (市町村民税所得割額 28 万円未満)	37,200円	
一般 市町村民税課税世帯 (市町村民税所得割額 28 万円以上)		

障害福祉サービス等利用の手続き



◇申請窓口 ※必ず事前にお電話ください。

中保健センター 電話 214-6630

南保健センター 電話 271-8010

北保健センター 電話 232-7681

◇お問い合わせ先

中・南・北保健センター、市役所 障がい福祉課 電話 214-2137

計画相談支援

障がいのある方からの相談を受け、指定特定相談支援事業者（※）が障害福祉サービスを利用する際の計画を作ったり、サービス利用後の様子をお聞きした上で、計画を見直したり、必要なサービスの利用調整を行います。この計画作成を行う支援を、**計画相談支援**といいます。

この計画相談支援により作成されたサービス等利用計画案や勘案すべき事項などを踏まえサービスの内容、支給量を決定します。

計画相談支援にかかる費用は全額公費負担となりますので、利用料の負担はありません。

（※）専門的な知識と資格を持った相談支援専門員が利用者からの依頼を受け、「サービス等利用計画案」などを作成する事業所。指定特定相談支援事業者は中立な立場でサービス等利用計画案を作成します。利用者は指定特定相談支援事業者を選ぶことができます。

相談支援事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 障害福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
指定相談支援事業所ザールせいすい	501-1106	岐阜市石谷池田 1330-2	235-6080
指定相談支援事業所うかい	501-1128	岐阜市洞 1026	239-5838
障害者総合生活支援センタークロス	502-0827	岐阜市平和通 3-2-1	210-2078
支援センターふなぶせ	500-8211	岐阜市日野東 4-10-18	213-8811
社会福祉法人岐阜市社会福祉協議会	500-8268	岐阜市茜部菱野 1 丁目 75 番地 2 岐阜市南保健センター内 2 階	277-8680
相談支援事業所 光陽	501-1132	岐阜市折立 348-1	260-6663
岐阜ヘルパー居宅介護サービス	500-8359	岐阜市六条北 4-6-4	276-2424
ゆりかご成育相談センター	502-0801	岐阜市椿洞 1104-1	237-7170
リトル☆スター	501-0104	岐阜市寺田 7-86-1	255-3031
岐阜市社会福祉事業団	500-8309	岐阜市都通 2-23	252-0936
ステップ	501-1177	岐阜市中西郷 1-20	215-7021
指定相談支援事業所ゆうゆう	502-0002	岐阜市粟野東 5-200-1	215-1234
あじさい相談センター	501-1132	岐阜市折立 702 番地	080-9491-1768
はなみずき苑 特定相談支援事業所	501-3124	岐阜市大洞 3-4-5	241-5216
相談支援事業所リハビリランド	500-8222	岐阜市琴塚 3 丁目 5 番 3 号	248-5050
ネクストドア	500-8358	岐阜市六条南 3-2-8	215-5593
恵水相談支援事業所	500-8851	岐阜市大宝町 1-5	254-8781

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
くらしケア介護障がい相談センター	500-8353	岐阜市六条東 2-1-3	214-6592
それいゆサポート	500-8233	岐阜市蔵前 7-8-11	247-6761
e-パック 相談支援事業所	501-3152	岐阜市岩滝西 1-385	214-8862
相談支援事業所 景香	500-8238	岐阜市細畑 6-8-5	201-6530
支援センター ふなぶせ南	500-8263	岐阜市茜部新所 1-167-2	201-6711
合資会社フェニックス	500-8226	岐阜市野一色 4-1-6	214-8790
だれでも わがやん	501-1174	岐阜市小野 6 丁目 52-3 サンライズ 84 208 号室	337-4821
世界ちゃんとモゲル丸先生の元気な相談支援事業所	500-8358	岐阜市六条南 2-7-1	216-5515
相談支援事業所 にじのこ	502-0926	岐阜市旦島 2 丁目 2 番地 6	213-8021
きらら	502-0071	岐阜市長良 1263-3	227-7757
リンケージハートセンターやないづ	501-6121	岐阜市柳津町下佐波 6 丁目 208 番地	216-3662
アイ・カラーズ相談支援	500-8359	岐阜市六条北 4 丁目 10 番 20 号	214-6896
ピースフル相談支援事業所	500-8233	岐阜市蔵前 3 丁目 9 番 6 号	090-4085-5047

介護給付

名 称	内 容	障害支援区分
①居宅介護	自宅で、家事援助や身体介護を行います。また、通院の際にヘルパーが付き添います。	区分1以上 注：通院等介助(身体介護あり)は区分2以上でその他条件あり
②短期入所 (ショートステイ)	自宅で介護を行う方が病気の場合などに、短期の入所による入浴、排せつ、食事の介護などを行います。	区分1以上
③行動援護	精神障がい等により、行動が著しく困難で常に介護の必要な方に、外出時の移動の支援や行動の際に生じる危険回避のための援護などを行います。	区分3以上 注：他に条件あり
④生活介護	常に介護を必要とする方に、主に日中に施設で行われる入浴、排せつ、食事の介護や創作的活動・生産活動の機会の提供などを行います。	区分3以上 注：年齢が50歳以上の場合区分2以上

居宅介護 指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) [検索](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 障害福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
指定障害福祉サービス事業所きゃん	500-8153	岐阜市石長町 8-1	248-9360
株式会社福祉の里岐阜営業所	500-8223	岐阜市水海道 2-18-20	259-3030
特定非営利活動法人障害者自立センター つかいぼう	502-0843	岐阜市早田東町 8-4-1 パセール長良 103 号	215-7374
社会福祉法人岐阜市社会福祉協議会	500-8302	岐阜市本郷町 5 丁目 22 番地 CASA 本郷 501 号室	201-1812
岐阜ヘルパー居宅介護サービス	500-8359	岐阜市六条北 4-6-4	276-2424
華陽ヘルパーステーション	500-8227	岐阜市北一色 6-2-35	245-3790
ファミリーサポート柳津	501-6121	岐阜市柳津町上佐波 2-76	270-1388
ダイヤライフ介護サービス	500-8362	岐阜市西荘 1-13-15 第 2 ヴィラあさの 1 北	254-9170
コスモス野一色	500-8226	岐阜市野一色 4-15-12	248-6059
ニチケアセンター宇佐	500-8367	岐阜市宇佐南 4-16-8	268-6030
株式会社福祉の里 岐阜西ヘルパーステーション	500-8323	岐阜市鹿島町 6-23-1	255-4166
ニチケアセンター岐阜高富	502-0002	岐阜市粟野東 4-74 原尾ビル 105 号	237-7611

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
ニチイケアセンター岐阜北	502-0858	岐阜市下土居 2-21-18	296-3511
ヘルパーステーション あい	502-0071	岐阜市長良 3459-169	232-1414
ユナイテッドケアサービス	500-8429	岐阜市加納清水町 1-41 平光ビル 4F	216-2881
ぎふ介護 長良	502-0821	岐阜市太平町 1-2	233-7702
訪問介護ステーション はる	502-0908	岐阜市近島 5-3-20 AMUSE COURT 211 号室	231-1738
ケアファミリー訪問介護ステーション	500-8318	岐阜市桜通 2-26 高木ビル 2 階1号室	255-1701
ゆうゆう	502-0002	岐阜市粟野東 5-200-1	215-1234
ホームケア翔	500-8117	岐阜市南殿町 3-18	214-7947
ヘルパーステーション おひさまの笑顔	500-8267	岐阜市茜部寺屋敷 2-40	276-1366
ハーモニー	500-8441	岐阜市向陽町 11 番地 1	214-6017
結ケアサービス	502-0934	岐阜市大福町 9-60 コーポ大福 A-1	214-7550
コープぎふ訪問介護ステーション長良	502-0815	岐阜市福光南町 12-9	231-2135
あさひケアステーション岐阜	500-8225	岐阜市岩地 3-9-10 エスプリ 302 号	214-2600
合同会社 にこにこ介護	502-0852	岐阜市南蟬 2-138 長屋ビル1F	214-8062
ヘルパーステーション ほんじょうの憩	500-8389	岐阜市本荘字熊野前 1941-24	255-3862
訪問介護センター金華	502-0851	岐阜市鷺山 2534 番地 松本ビル 2F	214-6858
岩砂訪問介護センター長良	502-0071	岐阜市長良 2977-3-1	297-4710
愛北ケアステーション北一色	500-8227	岐阜市北一色 6-18-21	215-5242
あおぞら・介護センター	502-0812	岐阜市八代 3-19-4	233-3072
医心館 訪問看護ステーション 岐阜	500-8132	岐阜市尼ヶ崎町 1-9-19	259-3937
ヘルパーステーション みずたまサポート	500-8323	岐阜市鹿島町 5-18 M・K-BLDG 4D	255-2516
ケアサポート寺田25	501-0104	岐阜市寺田 7-86-1	252-6820
にじむすび	502-0016	岐阜市雄総桜町 4-23 コーポリバーサイド 302 号室	214-2900
株式会社介護ケアまごの手	501-3155	岐阜市岩田坂 4-15-22	214-6688
合同会社ヘルパーステーション絆	502-0921	岐阜市守口町 3-52-1 サンシティー市川 201	201-6597
株式会社愛さんさん岐阜南営業所	500-8281	岐阜市東鶉 3-33-1 コーポT's II	277-7011
株式会社愛さんさん岐阜営業所	500-8227	岐阜市北一色 4-2-13 宝海ビル 102	249-1101
につけん介護 岐阜中央ケアセンター	500-8023	岐阜市今町 4-22	215-8036
ヘルパーステーションいちる	500-8286	岐阜市西鶉 5-15 エステート 15 101 号室	201-0833
シェ・サン	500-8262	岐阜市茜部本郷 1-6-3	201-3033

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
訪問介護事業所マグノリア	500-8251	岐阜市加納御車町 39	214-6617
にじのさと岐阜サービスセンター	500-8251	岐阜市加納御車町 34 Dwell 50 101 号	274-5051
訪問看護ステーション悠ライフ	500-8131	岐阜市月ノ会町 1-12-30	338-7788
訪問看護ステーション 大地	500-8263	岐阜市茜部新所 3 丁目 153 番地 2	273-5352
あおいケアヘルパーステーション	500-8289	岐阜市須賀 2-2-27 メゾンスガ 103 号室	201-0680
Nico ライフサービス	502-0053	岐阜市長良宮路町 3-20-1	213-2625
ニチイケアセンター岐阜東	500-8227	岐阜市北一色 10-1-11	249-5010
訪問介護ステーション ベルデ岐阜中央	502-8135	岐阜市織田塚町 2-8	214-8507
エンゼル・ランプ訪問介護	501-6122	岐阜市柳津町高桑 1-173-1	270-0808
世界ちゃんとモゲル丸先生の元気な居宅介護センター	500-8358	岐阜市六条南 2 丁目 6 番 3 号	216-5515
訪問介護スマイルナーシング黒野	501-1172	岐阜市大字下鵜飼 1602 番地 2	234-8110
ホームケア土屋 岐阜	500-8175	岐阜市長住町 8 丁目 24 アシスト第 2 岐阜マンション 201 号室	050-3188-7731
訪問介護スマイルナーシング六条	500-8358	岐阜市六条南 2-2-1	271-2030
ケアサポート ユニ	502-0071	岐阜市長良 2435 番地 75	232-6035
ケアサポートひだまり創	502-0921	岐阜市守口町 5 丁目 13 ハッピー-S・S2B	216-0163
訪問介護スマイルナーシング長良	502-0831	岐阜市菊水町 1 丁目 21	233-3550
訪問介護ステーション愛安堵友愛	502-0803	岐阜市上土居 3 丁目 4-1 ラ・フォーレ神谷 102 号	213-5380
訪問介護ピースフル	500-8233	岐阜市蔵前 3 丁目 9 番 6 号	259-3298
訪問介護 ピース	500-8367	岐阜市宇佐南 4 丁目 7-1	213-6767
ヘルプステーションよつ葉	501-3109	岐阜市向加野 2 丁目 14 番 17 号	201-3112
なでしこ訪問介護事業所	501-1108	岐阜市安食志良古 26 番地 99	374-1028
ヘルパーステーション景香	500-8238	岐阜市細畑 3-15-8	249-6511
ヘルパーステーション リアン	502-0074	岐阜市長良西山前 87-1	201-3210
訪問介護ステーション悠ライフ六条	500-8356	岐阜市六条江東 2 丁目 12 番地 1	338-8777
グリーンケアステーション	500-8846	岐阜市玉姓町 1 丁目 10 番地	262-7822
ケアサポート岐阜25	500-8167	岐阜市東金宝町 1-12	265-6662
土屋訪問介護事業所 岐阜	500-8384	岐阜市藪田南 1 丁目 7-16 第一岐阜県ビル 605 号室	050-3155-1885
結 訪問介護	501-0105	岐阜市河渡 3 丁目 145 番地 ディアスムトウ A 号棟 201 号室	213-4611

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
Frog hand	500-8241	岐阜市領下 1-58-1 マゾン林 4-A 号室	213-0833

短期入所（ショートステイ）指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) [検索](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 障害福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
生活訓練はばたき	500-8211	岐阜市日野東 4-10-18	215-1588
ほたる	501-1175	岐阜市下西郷 2-252	234-9832
ショートステイリハビリランド	502-0803	岐阜市上土居 1-18-3	248-5050
長良ひまわりゆつくり宿	502-0066	岐阜市長良仙田町 2-6-2	295-4026
ショートステイ千手の華	500-8268	岐阜市茜部菱野 4-75-1	268-7800
特別養護老人ホーム サンライフ彦坂	501-1103	岐阜市彦坂川北 230 番地	238-8800
世界ちゃんとモゲル丸先生の元気なショートステイ	500-8358	岐阜市六条南 2-6-3	216-5515
アミティホーム寺田	501-0104	岐阜市寺田 7 丁目 86 番地 1	213-1720
ショートステイ リハビリランド忠節	502-0846	岐阜市津島町 2-23	338-3254
ミライエ	501-1163	岐阜市西改田米野 88-2	215-7002
グループホームふわふわ島田	502-0917	岐阜市島田 1 丁目 7 番 9	213-3635
短期入所綴〜つづり〜岐阜茜部	500-8269	岐阜市茜部中島 1 丁目 33 番地 1	272-5117
グループホームふわふわ春近	501-2524	岐阜市春近古市場北 156-1	213-3601
短期入所 岐阜細畑	500-8238	岐阜市細畑 1 丁目 5 番 14 号	246-0801
短期入所 ステイベア	500-8263	岐阜市茜部新所 1 丁目 98 番地 2 4 階	214-8110

行動援護 指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) [検索](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 事業福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
指定障害福祉サービス事業所きゃん	500-8153	岐阜市石長町 8-1	248-9360
ファミリーサポート柳津	501-6121	岐阜市柳津町上佐波 2-76	270-1388
特定非営利活動法人障害者自立センター つかいぼう	502-0843	岐阜市早田東町 8-4-1 パセール長良 103 号	215-7374

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
ゆうゆう	502-0002	岐阜市粟野東 5-200-1	215-1234
ハーモニー	500-8441	岐阜市向陽町 11 番地 1	214-6017
シェ・サン	500-8262	岐阜市茜部本郷 1-6-3	201-3033

生活介護 指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) [検索](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 障害福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
ポップコーン	501-1177	岐阜市中西郷 1-20	215-7021
就労支援センター光陽	501-1144	岐阜市東改田再勝 12-1	215-5122
嘉百合園	501-1183	岐阜市則松 1-30	293-9085
あしたの会 家庭学校	502-0931	岐阜市則武 830-4	233-9305
あしたの会 ふくろうの家	500-8358	岐阜市六条南 1-16-3	276-7270
オリーブ	500-8434	岐阜市向陽町 11 番地 1	214-6017
さん・さん岐阜	500-8262	岐阜市茜部本郷 1-4-1	274-1533
福百合園	500-8232	岐阜市前一色 3-5-16	215-0010
ひまわり	501-1166	岐阜市西改田村前 104-1	372-6756
アンダンテ	502-0003	岐阜市三田洞東 5-8-7	337-4715
デイサービス千手の華	500-8268	岐阜市茜部菱野 4-75-1	268-8005
RIN・REN	501-1163	岐阜市西改田米野 81-2	213-0208
ほそばたデイサービス	500-8238	岐阜市細畑 3-15-8	249-6511
ほたるの仕事場岐阜県庁南	500-8289	岐阜市須賀 2-4-5	215-1235
世界ちゃんとモゲル丸先生の元気な仲間たち	500-8358	岐阜市六条南 2 丁目 6 番 3 号	216-5515
生活介護事業所 リハビリランド	502-0803	岐阜市上土居 1 丁目 18 番 3 号	374-7505
ファーストステップペア	500-8263	岐阜市茜部新所 1 丁目 98 番地 2 ビル 5 階	080-4894-8110
第二ポップコーン	501-1175	岐阜市下西郷 2 丁目 253 番 1	213-2017
アートフィールド	502-0002	岐阜市粟野東 1-40	252-0936

訓練等給付

名 称		内 容
①就労移行支援		就労を希望する方で一般企業等に雇用されることが可能と見込まれる方に、就労に必要な訓練、求職活動に関する支援、その適性に応じた職場の開拓、就職後における職場への定着のための相談その他の必要な支援を一定期間行います。 利用開始時 65 歳未満の方（65 歳以上の方はその他の要件に該当する方のみ）
②就労継続支援 A型（雇用型）		一般企業等で雇用されることが困難な方に雇用契約に基づき、働く場を提供するとともに、知識及び能力向上のために必要な訓練などを行います。 利用開始時 65 歳未満の方（65 歳以上の方はその他の要件に該当する方のみ）
③就労継続支援 B型（非雇用型）		一般企業等で雇用されることが困難な方や就労にむすびつかなかった方に、働く場を提供するとともに、知識及び能力向上のために必要な訓練などを行います。
④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、一般企業等に新たに雇用された方の就労の継続を図るため、関係機関等との連絡調整や就労に伴い生じた生活面での課題解決等に向けて必要な支援を行います。
⑤自立訓練	自立訓練（生活訓練）	自立した日常生活を営むために必要な訓練、生活能力の維持・向上等のための訓練・その他必要な支援を一定期間行います。
	宿泊型自立訓練	日中に一般就労や障害福祉サービスを利用している方等に、一定期間、居住の場を提供し、生活能力等の維持・向上のための訓練等を行います。
⑥自立生活援助		障害者支援施設やグループホーム、精神科病院等から地域での一人暮らしに移行した方へ、一人暮らしに必要な理解力、生活力等を補うため、定期的な居宅訪問や随時の対応により必要な援助を行います。
⑦共同生活援助（グループホーム）		地域の共同生活の場において、主に夜間や休日、入浴や排せつ、食事の介護、相談、その他の日常生活上の援助を行います。 条件等がありますので詳細はおたずねください。

※宿泊型自立訓練、共同生活援助（グループホーム）の利用を希望される場合、入居前に住民登録があった市町村で申請を行ってください。

- ・内容等は事業所にお問い合わせください。

就労移行支援、就労継続支援 A・B 型、自立訓練 指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 障害福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労移行支援	就労継続支援		自立訓練	就労定着支援
					A 型	B 型		
ひきえ事業所	501-6133	岐阜市日置江 2-80-8	279-2448		●	●		
ポップコーン	501-1177	岐阜市中西郷 1-20	215-7021			●		
つばさ	500-8254	岐阜市光樹町 8-1	272-3437			●		

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労 移行 支援	就労継続 支援		自立訓練	就労定着 支援
					A型	B型		
工房はばたき	500-8211	岐阜市日野東 4-10-18	213-8815	●		●		●
障害福祉サービス事業所 かけはし西岐阜	500-8381	岐阜市市橋 3-11-18	277-6113			●		
第一サンライズ	500-8335	岐阜市三歳町 4-1-14	253-9018			●		
就労支援センター光陽	501-1144	岐阜市東改田再勝 12-1	215-5122	●		●		
嘉百合園	501-1183	岐阜市則松 1-30	293-9085	●		●		
長良ひまわり社	502-0066	岐阜市長良仙田町 2-6-2	295-4026			●		
グリーンリーフ	500-8438	岐阜市島原町 46	273-7275			●		
石谷事業所	501-1106	岐阜市石谷字池田 1330-1	235-6077		●	●		
清流園	502-0854	岐阜市鷺山向井 2563-18-5	231-1521	●	●	●		●
にじのこ	502-0926	岐阜市且島 2-2-6	232-8106			●		
株式会社 岐阜なめきファーム	501-6132	岐阜市次木 645	279-3357		●			
マハナ岐阜	500-8101	岐阜市多賀町 9-4	215-8142		●			
株式会社 LSエンジニアック	500-8384	岐阜市藪田南 1-11-9 第2 岐阜県ビル 2F	277-5115		●			
合資会社フェニックス	500-8226	岐阜市野一色 4-1-6	214-8790		●	●		
あしたの会 作業所	502-0002	岐阜市粟野東 5-418	237-5318			●		
おひさま	500-8263	岐阜市茜部新所 1-105-1	214-8325		●			
e-パック	501-3152	岐阜市岩滝西 1-372-2	214-8862		●			
ワークサポートあおやぎ	500-8881	岐阜市青柳町 5-24-1	254-0276				●	
すまいるはうす	501-1142	岐阜市東改田 369	234-4495			●		
株式会社イーペックス インクルージョン	501-6121	岐阜市柳津町下佐波 4-1	214-7746		●			
生活訓練はばたき	500-8211	岐阜市日野東 4-10-18	215-1588				●	
自立訓練(生活訓練) 事業所 うかい	501-1128	岐阜市洞 1026	239-5838				●	
あしたの会 家庭学校	502-0931	岐阜市則武 830-4	233-9305			●		
ビー・カンパニー	501-1121	岐阜市古市場 79-1	214-8114			●		
あしたの会 ふくろうの家	500-8358	岐阜市六条南 1-16-3	276-7270			●		

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労 移行 支援	就労継続 支援		自立訓練	就労定着 支援
					A型	B型		
ふれんど	500-8841	岐阜市高野町 5-19	215-8413		●			
ひなた	500-8864	岐阜市真砂町 5-10 コーポアサノ 1F	214-6831		●			
ウェルテクノスジョブ トレーニングセンター岐阜	500-8175	岐阜市長住町 9-11 TANAKAビル 6F	215-0131	●				●
うえる工房そら	500-8175	岐阜市長住町 9-11 TANAKAビル 6F	215-0131			●		
さん・さん岐阜	500-8262	岐阜市茜部本郷 1-4-1	274-1533	●		●		
福百合園	500-8232	岐阜市前一色 3-5-16	215-0010			●		
株式会社サンコール	500-8232	岐阜市前一色 1-10-14	245-3820		●			
たいよう	502-0932	岐阜市則武中 1-24-23	215-6612		●			
みのり	500-8268	岐阜市茜部菱野 1-27	215-6630		●			
えむず	500-8167	岐阜市東金宝町 4-5	215-6850		●			
パツン岐阜校	500-8842	岐阜市金町 6-21 岐阜ステーションビル 702	267-6078 213-6088	●		●		
第1博天堂	500-8287	岐阜市北鶉 4-56	242-9202		●			
笑顔工房・ファミリーベア	501-6105	岐阜市柳津町梅松 1-131	216-6682		●			
ワークショップきらきら	500-8351	岐阜市清本町 9-10	215-5553		●			
ながら	500-8175	岐阜市長住町 5-2-2 堀ビル 1F	215-8323		●			
パソコン寺子屋 イオン柳津塾	501-6104	岐阜市柳津町本郷 4-1-1 イオン柳津店 3階	322-2181	●				
ウイン	500-8156	岐阜市祈年町 11-27-1	213-7584		●			
ウェルアーチ	502-0932	岐阜市則武中 4-3-8	215-0261		●			
丸玉ウェル	500-8473	岐阜市加納天神町 4-27	273-2926		●			
就労支援ゆうゆう	502-0002	岐阜市粟野東 5-200-1	215-1222			●		
希望の糸	500-8055	岐阜市笹土居町 32-1	265-9285		●			
ノックス岐阜	500-8175	岐阜市長住町 2-7 アーバンフロントビル 3階	215-1931	●				●
ほまれの家 岐阜店	502-0908	岐阜市近島 5-11-9	294-7665		●			

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労 移行 支援	就労継続 支援		自立訓練	就労定着 支援
					A型	B型		
ルピナス	500-8225	岐阜市岩地 2-11-5	213-3000			●		
Step house	500-8864	岐阜市真砂町 11-12 不破ビル 4F	201-3555				●	
ホトウさぎ岐阜	500-8281	岐阜市東鶉 3-76-2	275-1682		●			
めぐる	500-8842	岐阜市神田町 8 丁目 21 番地	267-1595		●			
リハビリランドさぎ山	502-0850	岐阜市鷺山東 2-5-41	295-0021			●		
就労移行支援事業所 ワンステップ	500-8429	岐阜市加納清水町 3-14 レジデンス 35 3F	215-1688	●				
就労定着支援事業所 ワンステップ	500-8429	岐阜市加納清水町 3-14 レジデンス 35 3F	215-1688					●
ぎふ就労支援センター	500-8408	岐阜市住ノ江町 1-12 住ノ江町加納ビル 2 階	267-5358		●			
GCC 岐阜校	500-8457	岐阜市加納青藤町 2-17-1	201-3456	●				
障がい者就労継続支援 A 型事 業所ハートフォスター	500-8258	岐阜市西川手 1-124	268-2882		●			
かなさ	500-8833	岐阜市神田町 8-21	212-3417			●		
ククル	500-8846	岐阜市玉姓町 3-13-4 ビル集 2F 201 号室	201-2273			●		
エルロン	500-8846	岐阜市玉姓町 3-13-4 ビル集 2F 401 号室	201-2271		●			
ひきえ第二事業所	501-6133	岐阜市日置江 2-50-1	201-0227			●		
陽百合園	501-1109	岐阜市安食 1228 番地 2	201-0785		●	●		
シャイニーデイズ	501-0102	岐阜市一日市場北町 3-7	213-7373			●		
あさひ	500-8175	岐阜市長住町 2-10-19 仲辰ビル 2F	050-7110- 8118			●		
カジャ	500-8864	岐阜市真砂町 11-11	216-2005			●		
Happy!スマイル	502-0847	岐阜市早田栄町 3-23 栄コーポラス 108	337-3074			●		
plus	500-8441	岐阜市城東通 2 丁目 38 番地 福島ビル 1 階	201-5571		●			
就労継続支援B型事業所 アンドワークス	500-8359	岐阜市六条北 4 丁目 16 番 14 号	216-4072			●		
マルエイソーシャルサポート	500-8227	岐阜市北一色 2-9-10	201-2225		●	●		
すこやかふあーむ	500-8358	岐阜市六条南 3-9-21	213-5515			●		
アリー	500-8008	岐阜市玉井町 36-1	201-5990			●		
San Shine	502-0813	岐阜市福光東 1-1-4	231-7676			●		

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労移行支援	就労継続支援		自立訓練	就労定着支援
					A型	B型		
エグゼスト	500-8846	岐阜市玉姓町 3-13-4 ビル隼 3F 301号室	213-6266			●		
就労さぼーと岐阜	500-8407	岐阜市高砂町 3-1 アルリエト岐阜高砂 1F	265-9001		●			
マイルストーン	500-8463	岐阜市加納新本町 1-21	216-2990			●		
マイルストーン ナガハタ	500-8177	岐阜市長旗町 1-1-1 アクトナガハタ 3階	213-8077	●				
笑顔工房チャレンジベア	500-8263	岐阜市茜部新所 1丁目 98番地 2ビル 1階	214-8110			●		
はな・はな	501-6113	岐阜市柳津町南塚 1-139	372-7723		●			
アミティスマイル寺田	501-0104	岐阜市寺田 7丁目 98番地 1	213-1721			●		
ひなた忠節店	502-0904	岐阜市島栄町 1丁目 33番地	294-7530			●		
クラゲパン	500-8221	岐阜市天池 2丁目 10-8	216-3688			●		
ほまれの家岐阜駅前	500-8842	岐阜市金町 6丁目 21番地 岐阜ステーションビル 102号室	266-5008		●			
ディーキャリア 岐阜駅前オフィス	500-8844	岐阜市吉野町 6丁目 31番地 岐阜スカイウイング 37 東棟 102	201-3228	●				
彩花の森	502-0872	岐阜市鷺山北町 7番 11号	231-5581		●			
笑顔工房チャレンジベア plus	500-8263	岐阜市茜部新所 1丁目 98番地 2ビル 1階	080-7338-9557			●		
就労支援 B型 ポラリス	500-8367	岐阜市宇佐南 4丁目 9番 8号	215-0970			●		
ウィズ岐阜職業訓練 支援センター	500-8273	岐阜市加納矢場町 1丁目 13番 1号	213-3940			●		
SHINY	501-1144	岐阜市大字東改田字再勝 89番 1	214-8172			●		
就労継続支援 B型事業所 ミライ	500-8842	岐阜市金町 1丁目 6-2 クレールつつた 2階	262-4705			●		
ワンダフル岐阜	500-8842	岐阜市金町 1丁目 5-1 河吾パーク 2階	043-355-5936			●		
さん・さん茜部	500-8262	岐阜市茜部本郷 1丁目 6番地 3	201-3317			●		
サブカルビジネスセンター岐阜	500-8844	岐阜市吉野町 6丁目 31番地 岐阜スカイウイング 37 東棟 103号室	201-6139			●		
Waku ワーク	500-8323	岐阜市鹿島町 1丁目 5 鹿島スクエアビル	050-3528-8404			●		

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号	就労移行支援	就労継続支援		自立訓練	就労定着支援
					A型	B型		
シャンツェ	500-8225	岐阜市岩地2丁目20-20	216-0520			●		
ハニー	501-3133	岐阜市芥見南山1丁目17番3号	257-2288		●			
就労さぼーと茜部	500-8263	岐阜市茜部新所1丁目78番地	090-9175-5035		●			
リープ西改田	501-1161	岐阜市西改田川向78-3	201-0061		●			
ゆらりて岐阜駅前	500-8854	岐阜市花園町14番地	374-3080			●		
指定共同生活援助あおぞら	501-1175	岐阜市下西郷816番5	213-5554			●		
ひだまり	502-0082	岐阜市長良東2-45 パロ一長良店2階	295-7395			●		
インクルワーク	501-6121	岐阜市柳津町下佐波3-10-1-2	279-0182			●		
MOARU 六条大溝	500-8357	岐阜市六条大溝4-8-18 エバーグリーン岐阜102	201-0522			●		

共同生活援助（グループホーム） 指定事業者一覧（岐阜市内・精神障がい対象）

最新の指定状況は [岐阜県 ホームページ](#) [検索](#) > 子ども・女性・医療・福祉 > 障がい者 > 事業福祉サービス事業等 > 事業所一覧でご確認ください。

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
グループホーム・リバティ	500-8434	岐阜市向陽町12-1	273-2114
ホーム・ラミー	501-3134	岐阜市芥見1-266	242-3607
グループホーム サンサン	500-8212	岐阜市日野南7-5-6	215-1588
清流の里	502-0854	岐阜市鷺山向井2563-18-6	295-7175
おひさまハウス	500-8319	岐阜市桜木町2-6	231-5497
ケアホーム スマイルスマイル	502-0803	岐阜市上土居84-1	215-0195
長良ひまわり のんびりホーム	502-0082	岐阜市長良東1-35	231-0366
ふぁみりいポップ	501-1175	岐阜市下西郷2-252	234-9832
長良ひまわりやすらぎホーム	502-0066	岐阜市長良仙田町1-25-1	295-4026
グループホームほたるの杜岐阜県庁南	500-8289	岐阜市須賀2-4-5	201-3668
みらいのたね岐阜	500-8233	岐阜市蔵前4-1-11	338-7117
くらら	500-8365	岐阜市柳森町1-71 ヴィラ寿	215-5553
オレンジホーム	502-0003	岐阜市三田洞東5-8-14	237-6681

事業所名	郵便番号	所在地	電話番号
ミライエ	501-1163	岐阜市西改田字米野 88 番地 2	215-7002
グルホケア	502-0061	岐阜市長良竜東町1丁目 39 番地 1	213-1918
わおん岐阜	500-8171	岐阜市高森町 6 丁目 27-5	090-1569-4267
アミティホーム寺田	501-0104	岐阜市寺田 7 丁目 86 番地 1	213-1720
指定共同生活介護れもん	501-6133	岐阜市日置江 1 丁目 47 番 1	213-6077
グループホームふわふわ島田	502-0917	岐阜市島田 1 丁目 7 番 9	213-3635
グループホームほたるの里 岐阜鷺山	502-0850	岐阜市鷺山東 2 丁目 1 番 3 号	090-2182-6378
日中支援型障がい者グループホーム綴 〜つづり〜岐阜茜部	500-8269	岐阜市茜部中島 1 丁目 33 番地 1	272-5117
グループホームふわふわ春近	501-2524	岐阜市春近古市場北 156-1	213-3601
グループホーム 咲良	501-3132	岐阜市芥見長山 1-129	347-0482
ソーシャルインクルーホーム岐阜細畑	500-8238	岐阜市細畑 1 丁目 5 番 14 号	246-0801
グループホーム ここえ	501-6115	岐阜市柳津町丸野 1-3-1	215-8016
グループホーム愛空	500-8369	岐阜市敷島町 3 丁目 10 番地	213-6086
グループホームリハビリランド さぎ山東 I	502-0850	岐阜市鷺山東 2 丁目 5 番 44 号	294-0410
グループホーム and[s]	502-0936	岐阜市萱場南 1 丁目 9 番地 ジュネス NIKKO101 号室	201-0730
共同生活援助 わらくの家	500-8212	岐阜市日野南 3 丁目 8 番 6	377-3294
陽百会園グループホーム	501-1109	岐阜市安食 1228 番地	201-0785
マーガレットハウス	502-0071	岐阜市長良 2435-103	090-2060-5291
いなばビレッジ	500-8082	岐阜市矢島町 2 丁目 55 番地 おとらやビル 401	266-4124
障がい者グループホーム 笑夢	501-1175	岐阜市下西郷 4 丁目 80-4	338-8885
指定共同生活援助ひまわり	501-1175	岐阜市下西郷 816 番 6	213-5552

地域生活支援事業

移動支援事業

社会生活を営む上で必要不可欠な外出及び余暇活動等の社会参加のための外出について支援します。※ ただし、下記の外出については原則、サービスの対象となりません。

- ① 通勤、営業活動等の経済的活動にかかる外出
- ② 通学等の通年または長期にわたる継続的な外出
- ③ 社会通念上、本事業を適用することが適当でない外出

※最新の指定状況は岐阜市のホームページ (<https://www.city.gifu.lg.jp/>) でご確認ください。

日常生活用具給付等事業

重度障がい児・者の日常生活の便宜をはかるため、日常生活用具を給付します。

◇ 給付用具

頭部保護帽・自動消火器・携帯会話補助装置

基幹相談支援事業

障害福祉サービス事業が適切に受けられるように、総合的・専門的な相談に応じ、必要な情報の提供や助言等を行う窓口です。

※指定特定相談事業者と契約している方は、担当の相談支援専門員へご相談ください。

◇ 基幹相談支援サテライト

事業所名	所在地、電話番号	担当地区
岐阜市基幹相談支援サテライト クロス	〒502-0827 岐阜市平和通3-2-1 電話 213-0525	金華、京町、明德、徹明、本郷、木之本、本荘、長良、長良西、長良東、三里、鸛山、常磐、岩野田、岩野田北
岐阜市基幹相談支援サテライト うかい	〒501-1128 岐阜市洞1026 電話 293-1150	島、早田、城西、則武、木田、黒野、方県、西郷、七郷、市橋、鏡島、合渡、網代
岐阜市基幹相談支援サテライト いなふせ	〒500-8211 岐阜市日野東4-10-18 電話 244-2777	梅林、白山、華陽、日野、長森南、長森北、長森西、長森東、岩、厚見、芥見、藍川、芥見東、芥見南、三輪南、三輪北
岐阜市基幹相談支援サテライト いなふせ南	〒500-8263 岐阜市茜部隣所1-167-2 電話 201-3111	加納東、加納西、茜部、鶉、日置江、柳津町

開設時間 月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)

地域活動支援センター事業

地域活動支援センターは、地域で生活している精神障がいのある方が安心して過ごせる憩いや活動の場です。交流を広げる、外出のきっかけにするなど、それぞれの目的にそってご利用いただけます。また、障がいについて地域の方々に理解していただくための活動も行っています。

◇ 内 容

- フリースペースの提供
 - 創作活動、交流活動、季節行事などのイベントの開催
 - ピアグループ活動（当事者同士の自助グループ活動）
 - 地域への普及啓発活動、ボランティアの育成活動
- ※各施設で、さまざまな活動を行っています。

◇ 利用方法

- 利用料は無料です。ただし、設備利用時や、活動内容に応じて実費負担していただくことがあります。
- ご利用にあたっては、事前の利用申し込みが必要です。

◇ 地域活動支援センター一覧

施設名	所在地	電 話	開所時間（注1）
支援センター ふなぶせ	〒500-8211 岐阜市日野東 4-10-18	213-8811	平日・土・日・祝日 9:00~17:00
地域活動支援センター うかい	〒501-1128 岐阜市洞 1026	239-5838	月~金 7:30~19:00 土・日・祝日 9:00~17:00
支援センター ふなぶせ南	〒500-8263 岐阜市茜部隣所 1-167-2	201-6711	月~金 9:00~17:00 (祝日、年末年始を除く)

(注1) 開所については各施設へご確認ください。

7) 就労に向けた訓練や支援

岐阜公共職業安定所（ハローワーク岐阜）

公共職業安定所では、障がい者等の職業相談や職業紹介を専門的に行う担当者を配置し、各人の障がい特性とニーズに応じたきめ細かな相談を行い、就職に結びつくような支援を行っています。

- ※ 障害者専門の職業相談コーナー（1階④番窓口）があります。
- ※ 「精神障害者雇用トータルサポーター」「発達障害者雇用トータルサポーター」「雇用トータルサポーター（大学等支援）」「難病患者就職サポーター」が就労支援のため相談を行っています。

名 称	所 在 地	電 話	相談時間
岐阜公共職業安定所 （ハローワーク岐阜）	〒500-8719 岐阜市五坪1丁目9番1号 岐阜労働総合庁舎内	247-3214	月～金 8:30～17:15 （祝日、年末年始を除く）

障がい者就業・生活支援センター

働くことに関して困っている障がい者や、障がい者を雇用している事業主の方の様々な相談（無料）に応じています。生活面の支援も行っています。

◇ 長良川以南に、お住まいの方・事業主の方

名 称	所 在 地	電話・FAX	開所時間
岐阜障がい者就業・生活支援センター	〒500-8314 岐阜市鍵屋西町2丁目20番地 多恵第2ビル1F	253-1388	月～金 8:45～17:15 （祝日、年末年始を除く）

◇ 長良川以北に、お住まいの方・事業主の方

名 称	所 在 地	電話・FAX	開所時間
清流障がい者就業・生活支援センターふなぶせ（社会福祉法人 舟伏）	〒502-8503 岐阜市学園町2丁目33番地 （岐阜県障がい者総合就労支援センター内）	電話 215-8248 FAX 215-8029	月～金 8:30～17:00 （土日、祝日、年末年始を除く）

職業相談

求職者の就労を支援するための無料相談です。

名 称	相談場所	お問い合わせ先	相談時間
職業相談	〒500-8701 岐阜市司町 40 番地 1 岐阜市役所 2階 市民相談室	214-2358 市役所 労働雇用課 相談時間内でお問い合わせ ください。	火～金 13:00～16:30 (祝日、年末年始を除 く)

岐阜市生活・就労サポートセンター

生活上の困りごとを抱える方の相談及び支援を行います。

- ・病気や障がいなどで悩んでいる
- ・住む家がなくなりそう
- ・なかなか仕事に就けない
- ・借金があり、返済できない

など、生活の困りごとと一緒に寄り添って解決し、自立して生活していけるよう支援します。

名 称	所 在 地	予約優先ダイヤル	開所時間
岐阜市生活・就労 サポートセンター	〒500-8701 岐阜市司町 40 番地 1 岐阜市役所 3階 生活福祉課内	265-3777	月～金 8:45～17:00 (祝日、年末年始を除 く)

岐阜市社会的居場所「いっぽいっぽ」

- ・人間関係に自信がなく、就職が困難な方
- ・就労や学業などから遠ざかっていて、社会へ出るきっかけが欲しい方
- ・行動範囲を広げるきっかけや、家族以外の人との接点を持ちたいと考えている方

など、社会に踏み出せないで立ち止まっている人が、社会参加の第一歩を踏み出す場所です。原則として岐阜市生活・就労サポートセンターでの相談が必要です。

名 称	所 在 地	電 話	開所時間
岐阜市社会的居場所 「いっぽいっぽ」	〒502-0841 岐阜市学園町 3-21	080-2659-8591	月～金 10:00～16:00 (祝日、年末年始を除 く)

岐阜障害者職業センター

障がいのある方や障がいのある方を雇用する事業主の方などに対し、県内各公共職業安定所（ハローワーク）との密接な連携の下に、就職のための相談・支援、就職後のフォローアップ、復職のための相談まで一連の支援を行っています。

障害者職業センターの利用について、費用は無料です。（交通費、昼食代等は自己負担）

◇職業相談・職業評価

就職や職業生活、職場復帰などについて、相談や助言、情報提供を行います。これまでの経歴や就職の希望などの把握、必要に応じて各種検査を行い、職業に関する特性等を整理し、働く上での課題や目標、必要な支援について相談を行います。

◇職業準備支援

センター内での作業や講座を通じて、働く上での課題の把握・改善、基本的な労働習慣の体得等、職業生活に関する知識や基本的なスキルを習得するための支援を行っています。精神障がい者、発達障がい者及び高次脳機能障がい者を対象に、自分に合った働き方の検討や職場で必要なコミュニケーションのトレーニング等の支援を行います。

- ・期間 2～12週間で個別にカリキュラムを設定して実施します。

◇ジョブコーチ支援

職場に定着できるよう、対象となる障がい者の方や事業所の悩み、様々なニーズに応じて、職場適応援助者（ジョブコーチ）が職場に出向き、具体的な支援をします。雇用前、雇用と同時に、雇用後とどのタイミングでも支援を実施できます。（ただし、障がい者及び事業所の同意が必要となります。）

- ・期間 標準的には3か月程度

◇職場復帰支援（リワーク支援）

うつ病等の精神疾患により休職している方、その方の復職を考えている事業主の方に対して、主治医等と連携し、職場復帰に向けたコーディネートやウォーミングアップ支援を行います。

- ・期間 標準的には3か月程度

名 称	所 在 地	電 話・FAX	開所時間
岐阜障害者 職業センター	〒502-0933 岐阜市日光町 6-30	電 話 231-1222 FAX 231-1049	月～金 8:45～17:00 (祝日、年末年始を除く)
ホームページ	https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/gifu/		

8) 自助・互助・支援グループ

岐阜県発行の「メンタルヘルスガイドブック」及び「ひきこもり支援ガイドブック」から抜粋しました。

岐阜市あけぼの会

精神障がい者の家族が集まって、お互いの悩みを話し合ったり、病気を正しく理解するための学習などを行ったりしています。精神科医など専門家による医療・福祉についての講演会も開催しています。

電話相談・面接相談（要予約）も行っています。（10時～15時 ※水曜日休み）

名 称	電 話
岐阜市あけぼの会	090-6578-9838（会長 熊谷） 058-271-8169（農業会館）

脳外傷友の会

交通事故・産業事故等による脳外傷や脳血管障害・脳炎等の脳疾患による高次脳機能障がい者の当事者、家族の団体です。当事者の自立及び社会復帰・復職等を目指し、就労継続支援 B 型事業所の運営や高次脳機能障がいの相談、普及啓発活動を行っています。

名 称	所 在 地	電 話
NPO法人 ぎふ脳外傷友の会長良川 (かけはし西岐阜)	〒500-8381 岐阜市市橋 3-11-18	277-6113

千の風の会（岐阜県自死遺族の会）

大切なご家族を自死で失ったという体験を持つ方がお互いに支えあう活動を行っている会です。詳しくは岐阜県精神保健福祉センターへお問い合わせください。

お問い合わせ先	電 話
岐阜県精神保健福祉センター	231-9724

断酒会

アルコール依存症で苦しんでいる本人とその家族が一同に集まり、お互いに助け合い励まし合いながら回復を目指している自助組織です。定期的に例会が行われ、本人、家族の体験談を語り合っています。また、家族会も月に1～2回程行っています。

名 称	電 話
特定非営利活動法人 岐阜県断酒新生会	代表者 中川 勝美 0575-23-4414

ダルク (DARC)

薬物依存からの回復を手助けする民間のリハビリ施設です。

名 称	所 在 地	電 話
特定非営利活動法人 岐阜ダルク	〒500-8864 岐阜市真砂町 11-12 不破ビル	201-3555 月～日曜日 9時30分～17時

チュラサंगा

ひきこもり、不登校、発達障がいの就労支援・学習支援、生活支援を行っています。

名 称	所 在 地	電 話
特定非営利活動法人 チュラサंगा	〒501-0104 岐阜市寺田 852	253-9350 月～日曜日 8時～21時

仕事工房ポポロ

ひきこもり、不登校、発達障がいの相談・家族支援・居場所・就労支援・学習支援を行っています。

名 称	所 在 地	電 話
特定非営利活動法人 仕事工房ポポロ	〒502-0812 岐阜市八代 3-27-8 2F	337-0701 月～金曜日ほか

べんぼすた

不登校の相談、家族支援、居場所を行っています。

名 称	所 在 地	電 話
べんぼすた	〒502-0812 岐阜市八代 3-27-8 2F	090-7432-9158 中川

カモミールの会

精神障がい者の方対象のボランティアグループです。人と人との交流を目的に活動しています。毎月2回のふれあいクラブや勉強会、年4回くらいの外出行事を行っています。

名 称	電 話
岐阜県精神保健福祉ボランティア カモミールの会	080-5298-2811

その人らしさを支える会

生きづらさを抱えながら、自分らしく生きたいと願う方たちの相談・支援活動などを行っています。

名 称	所 在 地	電 話
NPO 法人 SIS (シス) (その人らしさを支える会)	〒500-8213 岐阜市日野西3丁目8-1	080-3645-3995

コミュニティサポートスクエア

社会から孤立しがちな若者を中心としたさまざまな立場の人を支援しています。(子ども達の学習支援、無年齢の居場所づくり、就労体験、生活支援)

名 称	所 在 地	電 話
特定非営利活動法人 コミュニティサポートスクエア	〒502-0002 岐阜市粟野東5-244 コミュニティ・カフェ わおん	058-237-1661

子どもの人権ネットワーク・岐阜

30年以上前から「子どもの権利」の確立を目的に活動しています。まずはお電話ください。お話を聴くことから始めます。

名 称	所 在 地	電 話
子どもの人権ネットワーク・岐阜	〒502-0005 岐阜市岩崎1丁目1番13号	090-3567-6564

その他

◇依存症に関する自助・互助・支援グループ

岐阜県精神科病院協会発行のリーフレット「依存症者と家族を支える回復支援マップ」から抜粋しました。

名 称	内 容	お問い合わせ先
AA	アルコール依存症 当事者の会	052-915-1602
家族の回復ステップ12	アルコール依存症 家族の会	090-3584-0545 (17:00以降)
家族会ステップス	依存症 家族の会	251-6922
家族会 ピア岐阜	薬物依存症 家族の会	090-5615-5928
NA	薬物依存症 当事者の会	090-1299-2190
ナラノン	薬物依存症 家族の会	03-5951-3571
ギャンノン岐阜	ギャンブル依存症 家族の会	080-6925-1865
CODA ぎふ	共依存当事者の会	080-5133-9168 http://www.coda-japan.org

9) 医療機関、訪問看護等

41～44ページは、市内の精神科、心療内科を標ぼうしている市内の指定自立支援医療機関です。
最新の情報は岐阜県のホームページ(<https://www.pref.gifu.lg.jp/>)をご確認ください。
診療曜日・受付時間等は、各医療機関の都合により、変更される場合がありますので、各医療機関にお問い合わせください。

総合病院等

	医療機関名	所在地	電 話	デイケア	医療福祉相談	カウンセリング	専門外来
㊦	岐阜大学医学部附属病院	〒501-1194 岐阜市柳戸1番1	230-6000	なし	○	○	なし
㊧	岐阜県総合医療センター	〒500-8717 岐阜市野一色4-6-1	246-1111	なし	あり	なし	—
㊨	みどり病院	〒501-3113 岐阜市北山1丁目14番24号	241-0681	なし	○	なし	なし
㊩	岐阜市民病院	〒500-8513 岐阜市鹿島町7-1	251-1101	○	○	○	なし
㊪	岐阜赤十字病院	〒502-8511 岐阜市岩倉町3-36	231-2266	なし	○	○	児童外来 木午前
㊫	河村病院	〒501-3144 岐阜市芥見大般若1丁目84番地	241-3311	なし	○	なし	なし
㊬	独立行政法人国立病院機構 長良医療センター	〒502-8558 岐阜市長良1300-7	232-7755	なし	○	なし	なし

精神科病院

	医療機関名	所在地	電 話	デイケア	医療福祉相談	カウンセリング	専門外来
㊭	公益社団法人 岐阜病院	〒500-8211 岐阜市日野東3-13-6	245-8171	○	○	○	物忘れ外来
㊮	医療法人香風会 黒野病院	〒501-1128 岐阜市洞1020	239-0611	○	○	○	物忘れ外来
㊯	医療法人社団尚英会 岐阜南病院	〒501-6122 岐阜市柳津町高桑5-91	279-1155	○	○	○	

診療曜日・受付時間	予約制	備考
月～金 8:30～11:00	○	
月・火・水・金 8:30～11:00	—	・精神科一般外来なし (院内コンサルテーションのみ)
	—	院内コンサルテーション・院内カンファレンスのみ
月～金 8:30～11:00 (祝日除く)	○	・初診は完全予約制 ・一般デイケア (月・火・水・金) ・児童・思春期デイケア「こらっじょ」 (木) ・認知症疾患医療センター (認知症に関する相談) 251-5871
水 8:45～11:00	○	発達障がい専門外来設置医療機関
土 9:00～12:00	—	
	なし	

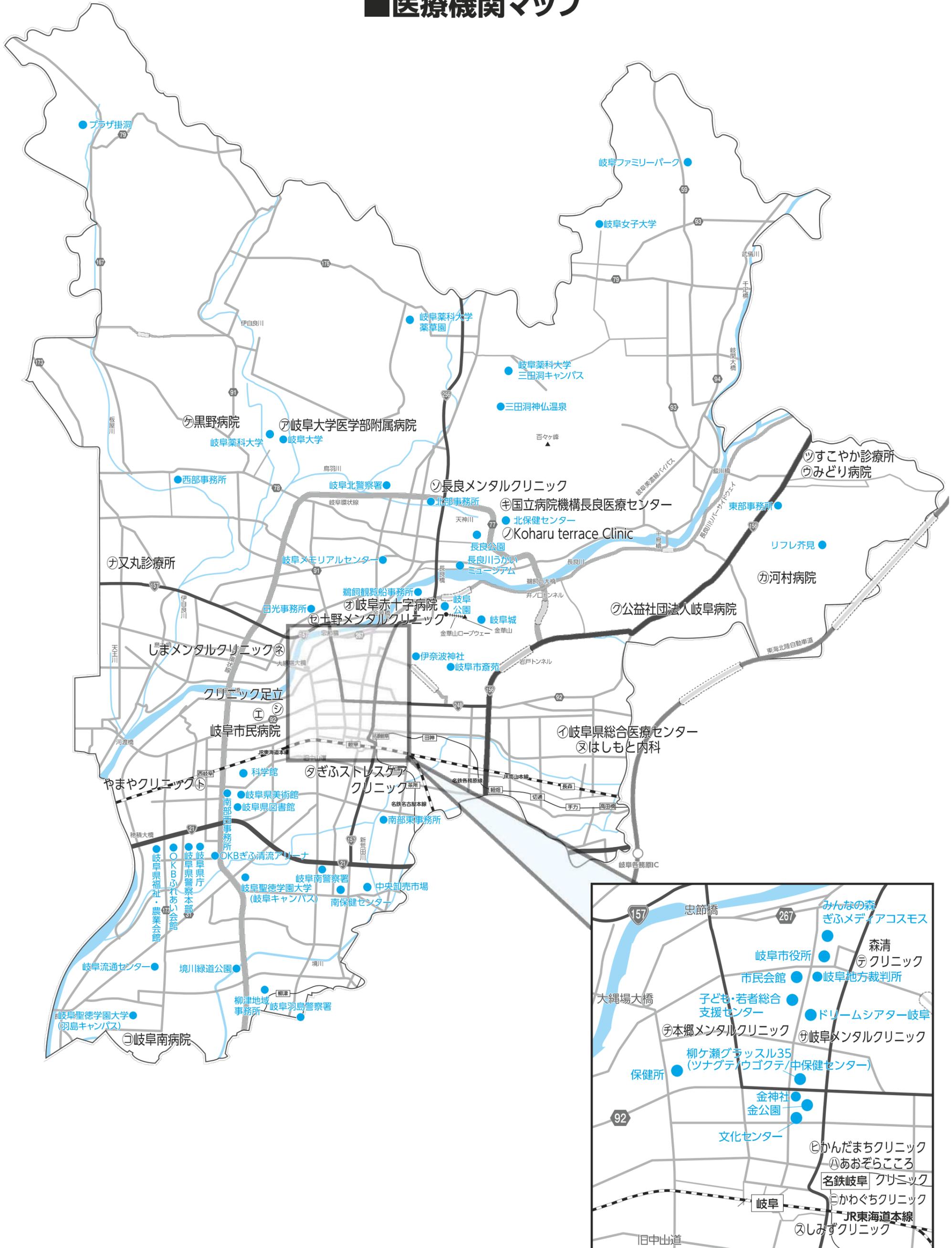
診療曜日・受付時間	予約制	備考
月～金 9:00～12:00 初診受付11:30まで	○	・認知症疾患医療センター (認知症に関する相談) 247-2118 ・地域連携室 (受診に関する相談) 259-3366
月～土 9:00～12:00	・物忘れ外来 (認知症) の初診は予約制	・認知症疾患医療センター (認知症に関する相談) 234-7038
月～金 9:30～11:30 初診受付11:00まで 13:30～16:30 初診受付16:00まで	なし	

診療所

	医療機関名	所在地	電 話	デイケア	医療福祉相談	カウンセリング	専門外来
㊦	岐阜メンタルクリニック	〒500-8828 岐阜市若宮町5-12 丸平ビル3F	266-5010	なし	なし	○	不眠症、 抑うつ外来
㊧	クリニック足立	〒500-8373 岐阜市大池町62	251-7200	○	なし	○	
㊨	しみずクリニック	〒500-8429 岐阜市加納清水町3-8-1 日本泉ビル2C	268-7565	なし	なし	なし	
㊩	土野メンタルクリニック	〒502-0905 岐阜市山吹町6-19-2	295-6555	なし	なし	○	
㊪	長良メンタルクリニック	〒502-0813 岐阜市福光東3-7-23	294-2181	なし	なし	○	認知症
㊫	ぎふストレスケアクリニック	〒500-8345 岐阜市菊地町2丁目41	274-9600	○	○	○	
㊬	本郷メンタルクリニック	〒500-8302 岐阜市本郷町5-17	252-3608	なし	○	なし	
㊭	すこやか診療所	〒501-3113 岐阜市北山1丁目13番11号	243-0791	なし	○	○	発達障害
㊮	森清クリニック	〒500-8074 岐阜市七軒町15-5	264-5670	なし	なし	なし	てんかん 漢方
㊯	やまやクリニック	〒500-8381 岐阜市市橋5-5-10 第3松波ビル1階103号	277-4605	なし	なし	なし	
㊰	又丸診療所	〒501-1152 岐阜市又丸67-7	234-4747	なし	なし	なし	なし
㊱	かわぐちクリニック	〒500-8178 岐阜市清住町2-16	216-0191	なし	なし	なし	物忘れ 頭痛
㊲	はしもと内科	〒500-8225 岐阜市岩地1-2-8	245-5641	なし	なし	なし	物忘れ
㊳	しまメンタルクリニック	〒502-0913 岐阜市東島2丁目14-2 ハイム山王1F	210-2101	なし	なし	なし	
㊴	Koharu terrace Clinic	〒502-0082 岐阜市長良東2丁目63番地2F	296-6360	なし	なし	○	発達障害 認知症
㊵	あおぞらこころクリニック	〒500-8175 岐阜市長住町2丁目3 岐阜ビルディング5階	269-5560	なし	なし	○	
㊶	かんだまちクリニック	〒500-8833 岐阜市神田町8丁目19 笠原ビル3F	267-5015	なし	なし	なし	

診療曜日・受付時間	予約制	備考
月～金 10:00～12:00/15:00～18:00 土 10:00～12:00 ※休診：日・祝日	なし	
月～土（木除く）8:30～11:30/15:00～17:30	○	院長診察：午後完全予約制 初診予約制 認知行動療法
月～木 9:00～12:30 月・水 15:00～18:00 火 15:30～18:30	○	初診・再診ともに予約が必要
月・木・金・土 9:30～12:30/14:00～17:00（予約） 月・木・金 17:00～19:00 火 第1, 3, 5のみ 9:30～12:30 ※休診：日・火（第2,4）・水・祝日	○	14:00～17:00予約制（再診） 初診（電話で日にちの予約、人数制限） 9:00～12:00、17:00～18:00
火～金 9:00～12:00/16:00～19:00 土 9:00～12:00/13:00～16:00	○	初診のみ予約制
月・火・木・金 9:00～12:00/15:00～18:30 土 9:00～12:00/14:00～17:00 ※休診：日・水・祝日	○	復職支援プログラム 発達障害支援プログラム 集団認知行動療法
月・金 9:00～12:00/15:00～18:00/ 14:00～15:00（予約診療） 火・水・土 9:00～12:00	○	
火・金 9:00～12:00/14:00～17:00 水 9:00～12:00 土 9:00～12:00（第1, 3, 5のみ）	○	完全予約制 無料低額診療
月・火・水・金 9:00～12:00/16:00～18:00 土・第1日 9:00～12:00	○	初診予約制
月・火・金 10:00～13:00/16:00～19:00 水・土 10:00～13:00	○	予約優先
水 9:00～12:00	○	完全予約制
月・火・木・金 9:00～12:00/15:00～19:00 水・土 9:00～12:00	○	原則予約制（電話予約） MRI検査
月・火・木・金 9:00～12:00/17:30～19:00 水 17:30～19:00 土 9:00～12:00	○	認知症、訪問看護
月・火・水・金 9:00～12:00/15:00～18:30 土 9:00～13:00	○	予約制
月・火・木・金 9:00～12:00（受付は11:30まで） 14:00～17:00（受付は16:30まで） ※休診：水・土・日・祝日	○	初診予約制 予約は電話かメールにて受付。 https://koharu-terrace.com/
月・火・木・金・土 9:00～12:30/14:00～18:00	○	予約制
月～金 9:00～12:00/13:30～17:00	○	予約制

医療機関マップ



訪問看護事業者

市内の訪問看護事業者の指定自立支援医療機関（精神通院医療）一覧です。

名 称	所 在 地	電 話
みどり訪問看護ステーション	〒501-3113 岐阜市北山1-13-11	241-1404
訪問看護ステーション ほのぼ	〒500-8329 岐阜市本荘町 15 番地 1	251-9150
みずほ訪問看護ステーション	〒500-8113 岐阜市金園町3丁目 15 番地	215-6101
訪問看護ステーション景香	〒500-8238 岐阜市細畑 3-15-8	249-6522
公益社団法人岐阜病院 訪問看護ステーションはな	〒500-8211 岐阜市日野東三丁目 13 番 6 号	259-3363
訪問看護ステーション デューン岐阜	〒500-8167 岐阜市東金宝町 1 丁目 17 番地 ムラセビル3 階北	266-0330
くらしケア岐阜 訪問看護ステーション	〒500-8353 岐阜市六条東二丁目 1 番 3 号	214-6591
岐阜市医師会訪問看護ステーション	〒500-8881 岐阜市青柳町 5 丁目 4 番地	255-1030
あるてあ訪問看護ステーション	〒500-8385 岐阜市下奈良 2 丁目 10 番 6 号	215-5751
エンゼル・ランブ 訪問看護リハビリステーション	〒501-6122 岐阜市柳津町高桑 1 丁目 173 番地 1	270-1188
つながる 訪問看護リハビリステーション	〒502-0916 岐阜市西中島 4-2-8 1F	214-9077
訪問看護ステーションせせらぎ	〒500-8142 岐阜市花沢町 1 丁目 24 番地 2	214-9638
訪問看護ステーション ミルキー	〒500-8286 岐阜市西鶉四丁目 12 番地 3	201-2206
指定訪問看護 ケアピット岐阜	〒500-8241 岐阜市領下 6 丁目 18-1	215-8590
訪問看護ステーション和光	〒501-0104 岐阜市寺田 7 丁目 86 番地 1	252-6811
岐阜赤十字訪問看護ステーション	〒502-8511 岐阜市岩倉町 3-36	231-2266
訪問看護ステーションあかり	〒500-8282 岐阜市茜部大川 2-70 サンハイツ茜 203	213-8410
世界ちゃんとモゲル丸先生の元気な訪問看護ステーション	〒500-8358 岐阜市六条南 2 丁目 6 番 3 号	216-5515

名 称	所 在 地	電 話
岐阜ヘルパー訪問看護ステーション	〒500-8359 岐阜市六条北4-6-4	276-2424
ソフィアメディ訪問看護ステーション岐阜	〒500-8356 岐阜市六条江東1-9-5 エスポワールB棟	214-2133
げんきの家訪問看護ステーション	〒501-2566 岐阜市福富天神前93	216-1165
操外科病院訪問看護ステーション	〒500-8088 岐阜市四屋町35番地	201-0007
訪問看護ステーションあやめ岐阜北	〒502-0843 岐阜市早田東町10丁目47-2 長良ロイヤルマンション401号室	297-5515
はーとすまいる訪問看護ステーション	〒501-6121 岐阜市柳津町下佐波6丁目208番地	215-8016
岩砂訪問看護ステーション	〒502-0812 岐阜市八代1丁目7番地1	233-8060
訪問看護ステーション平和ケア	〒500-8268 岐阜市茜部菱野1丁目46番地1階	201-0593
あおいケア訪問看護ステーション	〒500-8289 岐阜市須賀2-2-27 メソンスガ103号室	213-3311
i-なごみ訪問看護ステーション	〒502-0053 岐阜市長良宮路町3丁目20番地1-103	216-0753
みらい心訪問看護ステーション	〒502-0053 岐阜市長良宮路町3丁目20 ナガラアンクレ-202号	213-1066
訪問看護 ライフネットサービス	〒501-1132 岐阜市折立467番地 U-TOPIA62 102号室	216-0131
ソフィアメディ訪問看護ステーション岐阜南	〒501-6103 岐阜市柳津町蓮池3丁目22番地 ブリアビル柳津 2階	260-3162
訪問看護ステーション西川手 蛍	〒500-8258 岐阜市西川手6丁目58番地	213-8891

高次脳機能障害支援事業協力医療機関（岐阜圏域）

利用の際は、必ず受診を希望される医療機関に事前にお問い合わせください。事前の受診予約が必要です。岐阜県のホームページから抜粋しました。

医療機関名	窓口の診療科	所在地	電話
岐阜県総合医療センター	脳神経外科	〒500-8717 岐阜市野一色4丁目6-1	246-1111
医療法人清光会 岐阜清流病院	リハビリテーション科	〒501-1151 岐阜市川部3丁目25	239-8111
医療法人社団友愛会 岩砂病院・岩砂マタニティ	リハビリテーション科	〒502-0812 岐阜市八代1丁目7-1	231-2631
社会医療法人蘇西厚生会 松波総合病院	脳神経外科	〒501-6062 羽島郡笠松町田代185-1	388-0111
医療法人社団誠道会 各務原リハビリテーション病院	リハビリテーション科	〒509-0124 各務原市鵜沼山崎町6-8-2	384-8485

依存症専門医療機関・依存症治療拠点機関

医療機関名	所在地	電話
医療法人杏野会 各務原病院	〒504-0861 各務原市東山1-60	389-2228
医療法人静風会 大垣病院	〒503-0022 大垣市中野町1-307	0584-78-3758

認知症疾患医療センター

医療機関名	所在地	電話
公益社団法人 岐阜病院	〒500-8211 岐阜市日野東3-13-6	247-2118
医療法人香風会 黒野病院	〒501-1128 岐阜市洞1020	234-7038
岐阜市民病院	〒500-8513 岐阜市鹿島町7-1	251-5871

10) 精神障害者保健福祉手帳サービスに関する資料

■精神障害者保健福祉手帳サービス一覧

内容		1 級	2 級	3 級	お問い合わせ先等	
携帯電話料金/サービス使用料の割引		○	○	○	割引の内容や申し込み手続きについては、携帯電話会社ごとに異なります。詳しくは各携帯電話会社にお問い合わせください。	
路線バス運賃の割引(岐阜バス)		○	○	○	アユカ取扱窓口にて、手帳を提示して購入された専用アユカによるお支払い、及び、バス降車時に乗務員に手帳を提示して、現金にてお支払いいただく場合は半額となります。(一部割引対象外の路線あり) TEL266-8822(平日 7:30~19:30/土日祝日 7:30~18:00)	
国内航空旅客運賃の割引(一部の航空運送業者)		○	○	○	満12歳以上の手帳を所持している方及びその介護者1名の運賃が割引されます。詳しくは各航空運送事業者にお問い合わせください。	
NTT104 無料電話番号案内(ふれあい案内)		○	○	○	事前に申込・登録の手続きが必要です。ふれあい案内の利用については、NTT西日本及びNTTの104をご利用いただける通信業者の回線(携帯電話を含む)から、104をダイヤルした場合が対象となります。申込・お問い合わせはNTTふれあい案内担当:0120-104-174 ※平日:9時~17時 ※土日、祝日、年末年始を除く。	
福祉医療費助成(重度心身障害者等医療費助成制度)		△	△	×	市役所 福祉医療課 TEL214-2127 13ページ参照	
特別児童扶養手当、特別障害者手当等の申請		△	△	△	市役所 障がい福祉課 TEL214-2135 16ページ参照	
障害福祉サービスの申請		△	△	△	中・南・北保健センター、市役所 障がい福祉課 17~18ページ参照	
特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の減免		△	△	△	市役所 子ども保育課 TEL214-2143	
NHK受信料免除		△	△	△	全額免除、半額免除があります。53ページ参照 NHK岐阜放送局(京町2-3) TEL264-4612	
税制上の優遇措置	所得税	○	○	○	岐阜北税務署(千石町1-4) TEL262-6131 岐阜南税務署(加納清水町4-22-2) TEL271-7111 注)障害等級が1級と記載されている方は税制上、特別障害者になります。	
	相続税	○	○	○		
	贈与税(信託受益権にかかる非課税)	○	○	○		
	市・県民税	○	○	○		市役所 市民税課 TEL214-2063
	利子所得者の非課税	○	○	○		郵便局・銀行・証券会社
	自動車税・軽自動車税(環境性能割)	△	×	×		岐阜県自動車税事務所(日置江2648-3) TEL279-3781 51・52ページ参照
軽自動車税(種別割)		△	×	×	市役所 税制課 TEL265-3908 51ページ参照	
駐車禁止規制の適用除外		○	×	×	申請に基づき除外標章の交付を受け、この標章を使用する車両に掲出することで公安委員会による駐車禁止の規制及び時間制限駐車区間の規制の適用が除外されます。 <申請先>①各警察署 交通課窓口 平日(土日祝日除く)9:00~16:00 (申請者の住所地を管轄する警察署) ②岐阜県警察本部 交通規制課(数田南2-1-1) TEL271-2424 平日(土日祝日除く)8:30~17:15	

注) △印については条件があり、認められない場合があります。

■市営駐車場等使用料金の軽減 利用時には精神障害者保健福祉手帳をご持参ください。

駐車場名	所在地	電話	免除内容
岐阜公園来園者駐車場<大宮町駐車場>	岐阜市大宮町 1-39-1	264-4787	全額免除 手帳所持者が運転又は同乗する車 ※係員に手帳を提示して下さい。
岐阜市駅西駐車場 岐阜シティ・タワー43 地下駐車場 岐阜市金公園地下駐車場	岐阜市橋本町 2-16	262-3301	5割減額 手帳所持者が運転又は同乗する車 ※係員に手帳を提示して下さい。
みんなの森 ぎふメディアコスモス立体駐車場	岐阜市司町 40-5	265-4101	5割減額 手帳所持者が同乗する車 ※1階総合案内で手帳を提示して専用認証機にて割引認証を受けてください。(施設利用者は入庫後2時間まで無料)
市営自転車等駐車場	岐阜駅周辺6か所 西岐阜駅周辺4か所	市役所 土木管理課 214-4719	定期利用の場合5割減額 ※各自転車駐車場へ直接申し込んで下さい。 ※係員に手帳を提示して下さい。
長良川うかいミュージアム駐車場	岐阜市長良 51-2	210-1555	5割減額 ※係員に手帳を提示して下さい。
じゅうろくプラザ(岐阜市文化産業交流センター)	岐阜市橋本町 1-10-11	262-0150	5割減額 ※係員に手帳を提示して下さい。
岐阜市生涯学習・女性センター	橋本町 1-10-23	268-1050	5割減額 ※係員に手帳を提示して下さい。
岐阜市庁舎駐車場	司町 40-1	265-4141	5割減額 手帳所持者が運転又は同乗する車 ※1階総合案内等で手帳を提示して専用認証機にて割引認証を受けてください。(施設利用者は入庫後2時間まで無料)

■市内の文化施設等の入場料・利用料減免

詳細に関しては各施設にお問い合わせください。施設利用時には、精神障害者保健福祉手帳をご持参ください。

施設名	所在地	電話	免除内容
岐阜城	岐阜市金華山天守閣 18	263-4853	全額免除 手帳所持者及びその介護者 1 名 入館時に手帳を提示してください。(ミライオ ID 可)
岐阜市科学館	岐阜市本荘 3456-41	272-1333	
ドリームシアター岐阜	岐阜市明德町 6	262-2811	
岐阜市歴史博物館	岐阜市大宮町 2-18-1 (岐阜公園内)	265-0010	
加藤栄三・東一記念美術館	岐阜市大宮町 1-46 (岐阜公園内)	264-6410	
岐阜市長良川鶴飼伝承館 (長良うかいミュージアム)	岐阜市長良 51-2	210-1555	
岐阜県美術館	岐阜市宇佐 4-1-22	271-1313	全額免除 手帳所持者及びその介護者 1 名 入館時に手帳を提示してください。
ぎふ金華山ロープウェー	岐阜市千畳敷下 257	262-6784	窓口で手帳を提示してください。手帳所持者は半額。 1 級及び 2 級の記載がある方の介助者は、所持者と同時に 精算し、かつ同行する場合に限り 1 名半額。
プラザ掛洞	岐阜市奥 1-104	239-9390	当日券に限り 5 割減額 手帳所持者及びその介護者 1 名
リフシ芥見	岐阜市芥見 6-283-2	241-8831	当日券 5 割減額 手帳所持者及びその介護者 1 名
三田洞神仏温泉	岐阜市三田洞 222	237-3734	手帳所持者の入館料 100 円。手帳所持者の介助者は、入 館料無料
鶴飼観覧船事務所	岐阜市湊町 1-2	262-0104	手帳所持者及びその介護者 1 名は通常料金より大人 1 人 につき 500 円減免。
岐阜市民総合体育館	岐阜市九重町 4-24	245-0351	全額免除
岐阜市南部スポーツセンター	岐阜市南鷺 5-86	274-4949	
岐阜市北部体育館	岐阜市正木 1020-2	233-2030	
岐阜市東部体育館	岐阜市芥見 4-68	241-7812	
岐阜市西部体育館	鏡島南 2-8-40	251-2757	
岐阜市北西部体育館	岐阜市則松 2-65-2	239-9480	
岐阜ファミリーパーク体育館	岐阜市山県北野 2078-1	229-5380	
岐阜市岐陽体育館	岐阜市上川手 735-2	245-0351	
岐阜市体育ルーム	岐阜市橋本町 1-10-23	268-1063	
岐阜市もえぎの里多目的体育館	岐阜市柳津町下佐波西 1-41	279-6400	
岐阜市スポーツ交流センター	岐阜市菅我屋 1-145-1	230-1101	
岐阜市勤労者ふれあいセンター (サンライフ岐阜)	岐阜市長良 1029-3	233-9321	全額免除(トレーニングルーム) 手帳所持者及びその介護者 1 名 窓口にて手帳を提示し、利用申込書を提出してください。
岐阜ファミリーパーク遊戯場	岐阜市北野北 997	229-3922	全額免除
岐阜市民球場	岐阜市八代 2-8	231-2761	全額免除 手帳所持者及びその介護者 1 名 (複数人利用の場合、手帳所持者が過半数を占める場合に 限る) 岐阜市公共施設予約システムに登録し、システムを利用し て予約してください。
ハツ草球場	岐阜市本荘 3456-6	272-8794	
岐阜ファミリーパーク野球場	岐阜市北野北 997	229-6388	
早田西公園庭球場	岐阜市学園町 1-93-1	231-1508	
木ノ下公園庭球場	岐阜市木ノ下町 7	247-4242	
野一色公園庭球場	岐阜市野一色 4-14	240-5475	
岐阜ファミリーパーク庭球場	岐阜市北野北 997	229-6682	
境川緑道公園庭球場	岐阜市柳津町源葉南地内	090-7037- 8038	
加納公園庭球場	岐阜市加納丸之内 7	277-1201	
岐阜ファミリーパークサッカー 兼ラグビー場	岐阜市北野北 997	229-6388	
加納公園グラウンド	岐阜市加納丸之内 7	277-1201	
北西部運動公園グラウンド	岐阜市菅我屋 8	234-3237	詳しくは各青少年会館まで
中央青少年会館	岐阜市明德町 11	266-0566	
北青少年会館	岐阜市福光東 3-19-18	232-1721	
青山青少年会館	岐阜市小西郷 1-56-2	239-4011	
青少年ルーム	岐阜市西荘 2-11-23	252-4150	
東青少年会館	岐阜市前一色 1-2-1	246-5244	

軽自動車税（種別割）の減免について

精神障害者保健福祉手帳（1級のみ）をお持ちの場合、申請されることにより軽自動車税（種別割）の減免を受けられる場合があります。

詳しくは岐阜市役所 税制課（電話 265-3908）へお問い合わせください。

なお、軽自動車税（環境性能割）の減免については、岐阜県自動車税事務所（電話 279-3781）へお問い合わせください。

※減免の対象となる車両は、1人の障がい者の方につき1台です。（普通自動車を含む。）

◆申請に必要なもの◆

① 精神障害者保健福祉手帳（1級のみ）

② 生計同一証明書または常時介護証明書

（本人と運転者が住民票で同一世帯の場合は不要です。）

- ・「世帯全員の住民票」で生計同一であることが確認できない場合は、岐阜市保健所地域保健課への申請により「生計同一証明書」が交付された場合に限り「生計同一証明書」の提出をもって生計同一者とみなします。
- ・障がい者の方が所有する自動車で、独居、または、障がい者の方のみで構成される世帯の障がい者の方の通院、通所等のために、週3日以上かつ1年以上継続して自動車が運行される場合に、岐阜市保健所地域保健課で「常時介護証明書」を交付します。

③ 運転者の自動車運転免許証の原本または両面の写し

④ 自動車検査証の原本または写し

⑤ マイナンバーカード（個人番号カード）、マイナンバーの通知カード、マイナンバーが記載された住民票のうちいずれか1つ

※代理申請の場合は税制課までお問い合わせください。

◇ 軽自動車税（種別割）減免の申請・お問い合わせ先

名称	所在地	電話	開所時間
市役所 税制課	〒500-8701 岐阜市司町40番地 1（3階）	265-3908	月～金 8:45～17:30 （祝日・年末年始を除く）

◇ 「生計同一証明書」及び「常時介護証明書」の交付・お問い合わせ先

名称	所在地	電話	開所時間
岐阜市保健所 地域保健課	〒500-8309 岐阜市都通2-19 （1階）	252-7191	月～金 8:45～17:30 （祝日・年末年始を除く）

普通自動車の自動車税（種別割）減免について

「精神障害者保健福祉手帳（1級のみ）所持者」もしくは「本人と生計が同一の方」または「常時介護する方」が運転する普通自動車（本人の名義または生計が同一の方の名義、ただし「常時介護する方」が運転する場合は本人名義のみ）に対して申請できます。

詳しい内容や自動車税（環境性能割）の減免については、岐阜県自動車税事務所（電話 279-3781）へお問い合わせください。

※減免の対象となる車両は、1人の障がい者の方につき1台です。（軽自動車を含む。）

◆申請に必要なもの◆

① 精神障害者保健福祉手帳（1級のみ）

② 世帯の全員の名前が記載された住民票（本人と生計が同一の方が運転する場合）

住民票謄本の原本で交付から3か月以内のもの

「世帯全員の住民票」で生計同一であることが確認できない場合は、岐阜市保健所地域保健課で「生計同一証明書」が交付された場合「生計同一証明書」の提出をもって「世帯全員の住民票」の提出に代えることができます。

③ 常時介護証明書（生計を一にする方が運転する場合は不要です。）

障がい者の方が所有する自動車で、独居、または、障がい者の方のみで構成される世帯の障がい者の方の通院、通所等のために、週3日以上かつ1年以上継続して自動車が運行される場合に、岐阜市保健所地域保健課で「常時介護証明書」を交付します。

④ 運転者の自動車運転免許証の原本または両面の写し

⑤ 自動車検査証（原本）又は自動車検査証記録事項

※電子車検証の券面は写し不可

※自動車検査証記録事項及び電子化前の自動車検査証は写し可

⑥ 減免申請書（自動車税事務所及び県税事務所の窓口に備え付けてあります。）

◇ 自動車税（種別割）減免の申請・お問い合わせ先

名 称	所 在 地	電 話	開所時間
岐阜県自動車税事務所 課税管理係	〒501-6192 岐阜市日置江 2648-3	279-3781	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
岐阜県税事務所 収納係	〒500-8384 岐阜市藪田南 5-14-53 OKBふれあい会館 第1棟 7階	214-6709	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

◇ 「生計同一証明書」及び「常時介護証明書」の交付・お問い合わせ先

名 称	所 在 地	電 話	開所時間
岐阜市保健所 地域保健課	〒500-8309 岐阜市都通 2-19 (1階)	252-7191	月～金 8:45～17:30 (祝日・年末年始を除く)

NHK 放送受信料免除について

日本放送協会の定めにより、精神障害保健福祉手帳をお持ちの方は放送受信料が全額免除または半額免除になる場合があります。

全額免除

精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方とNHK 契約者が同一世帯で、**世帯構成員全員が市町村民税非課税**の場合

※市町村民税未申告の方（世帯構成員全員）は申告が必要となるため、市役所 市民税課にて市町村民税の申告をしてください。

半額免除

精神障害者保健福祉手帳**1級**をお持ちの方が**NHK 契約者かつ世帯主**の場合

<中・南・北保健センター・岐阜市保健所地域保健課>

対象の方には上記の窓口で申請書に証明をしています。証明を受けた申請書をNHK岐阜放送局に提出してください。なお、次のものがが必要です。

- 精神障害者保健福祉手帳
(半額免除の場合は**1級の方のみ**)
- 印鑑（朱肉印）
- 放送受信料免除申請書（窓口にあります。）
- 未申告の方の申告内容がわかる書類（申告書の控え）

対象の方にはNHK岐阜放送局より全額免除受理通知または半額免除受理通知が送付されます。

なお、**次年度以降の放送受信料の減免**について、NHK岐阜放送局から岐阜市に対して減免基準該当であるかどうかの確認があり、岐阜市にて精神障害者保健福祉手帳の所持状況や市町村民税課税状況の確認を行います。次年度以降も継続して減免を希望される場合は、精神障害者保健福祉手帳の更新や市町村民税の申告（全額免除の場合・世帯構成員全員分）を次年度以降も継続して行ってください。

◇ お問い合わせ先

名称	所在地	電話	受付時間
NHK 岐阜放送局	〒500-8554 岐阜市京町 2-3	264-4612	月～金 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

◇ 証明書申請窓口

中・南・北保健センター、岐阜市保健所地域保健課（2ページ参照）

避難行動要支援者名簿への登録について

災害発生時に自力での避難が困難な方（避難行動要支援者）を地域全体で支援するため、市では支援の必要な方の名簿を作成しています。

名簿に登録された方の情報は、平常時から自主防災組織（自治会）、民生委員・児童委員、消防団、社会福祉協議会（社協支部）、警察に情報提供され、災害時の避難支援や安否確認に利用されます。

また、地域の自治会等において、災害時の避難方法を事前に決めておく取組み（個別避難計画の策定）や、日頃の見守り活動などに利用されます。

■名簿対象となる人

災害が発生し又は災害が発生するおそれのある場合に、自力または家族だけでは迅速かつ円滑に避難することが困難で特に支援を要する在宅の方が対象です。福祉施設などに入所している方は対象とはなりません。

市では、次の方に対して名簿登録についての案内をお送りし、登録の有無などをご自身またはご家族の方に判断していただくこととしています。

- ・ひとり暮らし高齢者・高齢者世帯届（民生委員による届出）がされている人
- ・要介護度1～5の人
- ・身体障害者手帳1～6級所持者
- ・療育手帳A、A1、A2、B1、B2所持者
- ・精神障害者保健福祉手帳1～3級所持者
- ・その他、自ら避難することが困難であると申し出た人

■名簿登録等の手続き

「避難行動要支援者名簿登録等にかかる意向調査書（避難行動要支援者名簿登録・個別避難計画作成・計画情報提供申請書）」に記入のうえ、担当する民生委員・児童委員、ケアマネジャーにお渡しいただくか、地域保健課、福祉部担当課（障がい福祉課、介護保険課、高齢福祉課）、防災対策課にご提出ください（郵送可）。

なお、申請書の用紙は防災対策課、福祉部担当課、事務所に用意してあるほか、岐阜市ホームページ（防災対策課）からも入手できます。

■登録にあたっての注意

- （1）支援者が被災する場合もあるため、避難の支援等をお約束するものではありません。日頃から地域の行事に参加するなど、隣近所と関わり合いを深め、災害に備えましょう。
- （2）個人情報の提供にあたっては、全ての提供先から誓約書を提出していただくなど、その適正な取扱い及び管理に細心の注意を払います。

■お問い合わせ先

〒500-8701 岐阜市司町 40 番地 1 岐阜市役所6階
岐阜市都市防災部防災対策課 電話 267-4763（直通）

家具の固定をやります!

地震発生時には、家具が転倒することにより「下敷きになってケガをする」、「逃げ道をふさがれて避難が遅れてしまう」など、被害のおそれがあります。地震発生直後の命を守るために、まずは、身近な空間の安全確保として家具固定を実施しましょう!

岐阜市では、家具転倒防止器具の取付けを無料（1世帯につき家具2点まで）で実施しています。

■対象者（岐阜市在住で次のいずれかの条件に該当する方:各世帯1回のみ有効）

- ① 高齢者（65歳以上）のみの世帯に属する者
- ② 要介護認定者
- ③ 身体障害者手帳、療養手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている者

■対象家具等

家電製品を除き、寝室に置かれているタンス、本棚、収納棚などを2点まで

■固定器具の取付け、調査費を助成（無料）

固定器具代は自己負担（有料）です。

■手続き・申込み等

「岐阜市家具固定器具取付事業利用申請書」に必要事項をご記入の上、市役所 都市防災政策課に直接ご提出ください（郵送可）。また、岐阜市ホームページからオンライン上での申請手続きも可能です。

なお、申請書の用紙は、都市防災部、各事務所、コミュニティセンター及び地域公民館にご用意してあるほか、岐阜市ホームページ（市役所 都市防災政策課）からも入手できます。

■申込み期間

5月8日～12月28日

■お問い合わせ先

〒500-8701 岐阜市司町40番地1 岐阜市役所6階
岐阜市都市防災部都市防災政策課 電話 267-4763



障害者手帳アプリ「ミライロ ID」について

「ミライロ ID」とは、精神障害者保健福祉手帳の情報などをスマートフォンで管理することができるアプリケーションソフトです。スマートフォンで精神障害者保健福祉手帳の画面を公共施設等で提示することで、障がい者割引を受けることができます。

「ミライロ ID」の登録方法や使い方等は
「ミライロ ID」ホームページ（<https://mirairo-id.jp/>）をご確認ください。

※利用可能な施設や割引内容の詳細は各施設にお問い合わせください。

11) うつ・自殺対策について

知ってほしい睡眠のこと

■健康づくりのための睡眠

睡眠は、心身の疲労回復をもたらすと同時に、記憶を定着させる、免疫機能を強化するといった役割があります。健やかな睡眠を保つことは、活力ある日常生活につながります。

■健康づくりのための睡眠指針2014 ～睡眠12箇条～

1. 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
2. 適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざめのメリハリを。
3. 良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。
4. 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
5. 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。
6. 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
7. 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
8. 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
9. 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
10. 眠くなってから寢床に入り、起きる時刻は遅らせない。
11. いつもと違う睡眠には、要注意。
12. 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。

(引用) 健康づくりのための睡眠指針2014 (厚生労働省)



いつもと違う睡眠は
要注意！
専門家に相談しよう

■不眠への対処法

安眠のためのコツを以下にまとめました。是非ご活用ください。

- ・就寝・起床時間は一定にしましょう。
 - ・睡眠時間にこだわらないようにしましょう。
 - ・太陽の光を浴びましょう。
 - ・適度の運動をしましょう。
 - ・自分流のストレス解消法を見つけましょう。
 - ・寝る前にリラックスタイムをつくりましょう (好きな音楽や読書、入浴など)。
 - ・寝酒は避けましょう。
 - ・快適な寝室づくりをしましょう。
- 適温は20℃前後、湿度は40～70%くらいに保つのがよいといわれています。

(引用) e-ヘルスネット (厚生労働省)

うつ病って、どんな病気？

- うつ病は、特別な人がかかる病気ではなく、誰でもかかる可能性があります。
- うつ病は心身のエネルギーを低下させ、いろいろな病気の原因になったり、病気を悪化させたり、最悪の場合は自殺の恐れもでてきます。
- 心配や過労・ストレスが続いたり、孤独や孤立感が強くなったり、将来への希望が見いだせないと感じた時など、うつ病にかかりやすいです。



～ うつ病自己チェック ～

チェック項目

1. 毎日の生活に充実感がない
2. これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
3. 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
4. 自分が役に立つ人間だと思えない
5. わけもなく疲れたような感じがする

上の項目のうち2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日続いていて、そのためにつらい気持ちになったり、毎日の生活に支障が出たりしている場合にはうつ病の可能性があります。医療機関、保健所、精神保健福祉センターなどに相談してください。このほかに、眠れなくなったり食欲がなくなったりすることもよくあるので、そうした状態が続く場合にはうつ病の可能性も考えてみてください。

うつ病が疑われたら

■本人がした方がよいこと

- ・早めに専門家（医師など）に相談・受診をしましょう。
- ・休養と、場合によっては服薬が必要です。



■周囲の人がした方がよいこと

- ・睡眠障害やうつ症状により、日常の仕事や家事などが困難であれば、早めに医療機関（精神科、心療内科、かかりつけ医）、保健所、各保健センター、精神保健福祉センターなどで相談するよう勧めましょう。
- ・本人が受診を拒否した場合、家族や本人が信頼している友人などから受診を勧めてもらいましょう。
- ・治療が始まったら、本人の回復のペースに配慮して支援をしてください。



無理に外出・運動・気分転換を勧めずに、本人がその気になった時点で、これらのことを支援してください。

うつ病にならないために

■毎日の小さないらだちに対して

ストレス解消法（スポーツ、趣味、レジャーなど）を試してみましょう。

■少し深刻な問題に対して

- ・問題を整理し、解決のための選択肢を考えましょう。
- ・自分の手に余る問題については、身近な人に相談しましょう。
- ・事故や失敗など起きてしまったことについては、身近な人に話して気持ちを整理して、これからのことを考えましょう。
- ・できるだけ前向きに考えましょう。



■健康は何をするにも基本

病気になりそうになったら休養をとり、専門家（医師など）に相談しましょう。

※厚生労働省「うつ病を知っていますか？」ホームページを参考に作成しました。

「こころの体温計」でメンタルチェック!

■こころの体温計とは?

最近、いつもイライラする、眠れない、人に会いたくない・・・など
こころの悩みや心配をひとりで抱えていませんか?

パソコン、スマートフォン、携帯電話から、いつでも気軽に自分の気分の落ち込み
具合やストレスの状態をチェックできるシステム「こころの体温計」をホームページ
上に掲載しています。ぜひ、気軽にチェックしてみましょう。

■こころの体温計の種類（6種類）

♥こころの体温計（本人モード）

ストレス度・落ち込み度が分かります。

♥家族モード

あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。

♥ストレス対処タイプテスト

あなたのストレス解消法はどのタイプ?

♥楽観主義のすすめ「こころのエンジン」

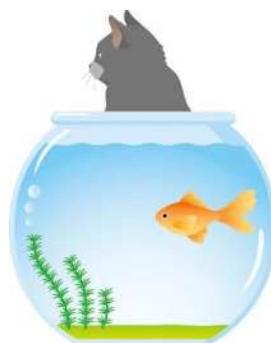
楽観主義はあなたの心のエンジンとなって人生を楽しむための原動力となるはずです。

♥赤ちゃんママモード

産後の不安な心の健康状態が分かります。

♥アルコールチェックモード

飲酒が心に与える影響とは?



■利用のしかた

▼パソコンはこちらからご利用いただけます

<https://fishbowlindex.jp/gifu/>

▼「岐阜市 こころの体温計」にて検索してください。

▼スマートフォン、携帯電話は二次元バーコードからアクセスできます。

利用料は無料です。（通信料は別途かかります。）



ゲートキーパーを知っていますか？

■自殺を防ぐために

自殺は、さまざまな悩みや問題をひとりで抱えるうちに、心理的に「追い込まれた末の死」と考えられています。悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どこに相談に行ったらよいかわからない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況におちいることがあります。

そんなとき、誰かが手を差し伸べることで、自殺を防げる可能性があります。そのため、多くの人に自殺防止の「ゲートキーパー」（命の門番）になってもらうことが望まれます。

■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。



■ゲートキーパーの役割



■ゲートキーパーの心がけ

1. 自ら相手とかかわるための心の準備をしましょう
2. 温かみのある対応をしましょう
3. 真剣に聴いているという姿勢を相手に伝えましょう
4. 相手の話を否定せず、しっかりと聴きましょう
5. 相手のこれまでの苦勞をねぎらいましょう
6. 心配していることを伝えましょう
7. わかりやすく、かつゆっくりと話をしましょう
8. 一緒に考えることが支援です
9. 準備やスキルアップも大切です
10. 自分が相談にのって困ったときのつなぎ先（相談窓口等）を知っておきましょう
11. ゲートキーパー自身の健康管理、悩み相談も大切です

まずは、
声をかけることから
始めてみませんか？

アルコールとこころの健康

適度な飲酒は、食欲の増進、血行の促進、コミュニケーションの円滑化、ストレスや緊張を和らげるなど、さまざまな効果をもたらしてくれます。

しかし、お酒に含まれるアルコールには依存性があり、習慣的な飲酒は「アルコール依存症」になる危険性があります。

お酒との付き合い方を振り返り、健康的な飲み方を心がけましょう。

■適量の飲酒はどれくらい？

お酒の種類（アルコール度数）	お酒の量
ビール・発泡酒類（5%）	500ml
ワイン（12%）	240ml ワイングラス2杯
日本酒（15%）	180ml 1合
焼酎（25%）	100ml
ウイスキー・ブランデー（40%）	60ml ダブルグラス1杯

※スマート・ライフ・プロジェクト「飲酒」ホームページを参考に作成しました。

*あくまでも目安であり、個人差があります。

特に、女性や高齢者ではこれより少ない量が目安です。



■お酒との付き合い

- 適量を知り、節度ある飲酒に心がけましょう。
- 週に2日は休肝日をつくり、肝臓を休ませましょう。
- お酒を飲むときは、何か食べたり、薄めて飲んだりする等工夫をしましょう。
- 時間をかけてゆっくりお酒を飲みましょう。
- 睡眠薬や安定剤代替りの飲酒は、依存症につながる危険性の高い飲み方なので、避けましょう。

■アルコール依存症のこと

アルコール依存症は、飲酒のコントロールができなくなる病気です。単なるお酒好きとは違います。アルコール依存症とうつ病が合併すると、自殺の危険性が高まるので、注意が必要です。

アルコール問題を抱えている人や家族の多くは、家庭内のトラブルや社会的、経済的問題など、つらい思いを抱えて悩み苦しんでいます。家族だけで問題を抱え込まず、専門医への受診や、相談窓口での相談を行ってください。

12) ひきこもりについて

ひきこもりについて

■ひきこもりとは・・・

- 「ひきこもり」とは、様々な要因により、社会的参加(就学、就労、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態のことを言います。
- 他者と交わらない形での外出(自分の趣味に関する外出やコンビニへの買い物)は行える場合があります。
- あくまでも状態をあらわす言葉です。原因がよく分からないことが多いです。
- 必ずしも病気が関係しているとは限りませんが、その背景に何らかの病気が隠れていることがあります。

<ご家族の方へ>

- ・ご本人を無理に社会参加させようとすることは、逆効果となることがあります。「ひきこもり」という状態を否定せず、受け止めてみましょう。
- ・ご本人が今よりも少しゆとりある生活ができることを大切に、家族の一員として関わっていきましょう。
- ・医療については、あらわれている症状により「ご本人が苦しんでいる」「生活に支障が出る」場合を目安として病院受診を検討してみてください。ただし、ご本人が拒否することも考えられます。関わりに難しさを感じるがあれば、ひきこもり相談室にご相談ください。
- ・支える家族も苦しい気持ちになっていきます。ご家族自身の時間を大切に、生活を楽しむようにしましょう。
- ・家族の集いや家族会のグループなどに参加し、普段話せない気持ちを話してみると少しほっとできると思います。

■ひきこもりに関する相談窓口

ひきこもり相談室にて、ひきこもりの状態にあり悩んでいるご本人、ご家族などからのご相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

名称	所在地	電話	開庁時間
岐阜市役所 福祉政策課 ひきこもり相談室	岐阜市司町 40 番地 1 市庁舎 10 階	214-3703	月～金 8:45～17:30 (祝日、年末年始を除く)

13) 大人の発達障がいについて

大人の発達障がいについて

子ども・若者（0歳～成人前）の発達障がいに関することは、岐阜市子ども・若者総合支援センター「エールぎふ」が相談及び支援を行います。（4ページ参照）

■大人の発達障がい

発達障がいは、いくつかのタイプに分類されており、自閉症、アスペルガー症候群、注意欠陥・多動性障がい（ADHD）、学習障がい（LD）、チック障がいなどが含まれます。生まれつき脳の一部の機能に障がいがあるという点が共通しています。同じ人にいくつかのタイプの発達障がいも併存することもあります。行動や態度が他人から誤解されたり、理解されにくい障がいです。自覚がない場合が多く、相談に至らない事もあります。

■障がいの特徴

- ・自閉症、アスペルガー症候群、その他の広汎性発達障がいは、本質的には同じ1つの障がいとされ、「連続性=スペクトラム」という意味から、自閉症スペクトラム障がいとまとめられています。この障がいは、相互的な対人関係やコミュニケーションの障がい、興味や行動の偏りがあります。
- ・注意欠陥・多動性障がい（ADHD）の人は、同時に複数の情報が入ってくると、どれに注意を向けているのか混乱することがあります。
- ・学習障がい（LD）の人は、読む、書く、計算するなど特定の事柄のみがとりわけ難しい状態です。

*こうした特徴は、見た目ではわからないため、周囲の理解と協力が必要になります。

■対応方法

本人

- ・些細な事でも必ずメモを取る。
- ・優先順位がつけられない時は、上司や周囲の人に優先順位を決めてもらう。
- ・やるべき仕事を全て書き出し順番をつけ、見える所に貼る。

会社等

- ・口頭ではなく、メモやメールなどの「文書」でひとつずつ伝える。
- ・図やフローチャートなどを使ったマニュアルを作成。
- ・できるだけ1対1の対面で指示をする。

■相談窓口

中・南・北保健センター、岐阜市保健所地域保健課（2ページ参照）

■発達障がい専門外来設置医療機関

発達障がいの診断や診療を行います。

事業所名	所在地	電話
岐阜赤十字病院（精神科）	〒502-8511 岐阜市岩倉町3-36	231-2266
各務原病院（精神科）	〒504-0861 各務原市東山1-60	389-2228

令和5年10月
岐阜市保健所 地域保健課
〒500-8309 岐阜市都通2-19(1階)
電話(058)252-7191