京都市こころの健康増進センターのご案内

市民の皆さんへこころの健康についての情報の提供をはじめとして，
相談援助や精神障害のある方への社会参加の促進などに取り組んでいます。

相談援助課の仕事

精神保健福祉相談

【電話による相談】

相談専用電話
☎075-314-0874（おはなし）
月曜～金曜　9:00～12:00 ／ 13:00～16:00
＊祝日・年末年始を除く

こころの悩み，アルコール・薬物・ギャンブルの依存，こころの健康に関するご相談をお受けしています。

＊相談内容により，当センターでの来所相談，教室の案内や適切と思われる他機関の情報提供をいたします。

【来所による相談】（完全予約制）まずは相談専用電話にてご相談ください。

面接相談
精神科医，精神保健福祉相談員，心理職員が相談をお受けしています。
※相談は無料。精神科医による診察は保険診療となります。

法律相談　（無料・予約制）
精神障害のある方やそのご家族などを対象に弁護士による法律相談を行っています。

自死遺族支援・自殺対策

自死遺族・自殺予防こころの相談電話
「きょう・こころ・ほっとでんわ」
☎075-321-5560（こころまる）
（専用回線）

毎日24時間実施中

死にたいほどつらい気持ちや自死により身近な人，親しい人を失ったつらさなどを傾聴し，気持ちを整理しながら一緒に考えていきます。

啓発事業等

- 機関紙「こころここ」や各種リーフレットの発行
- 市民対象の講演会の開催
- 研修会の開催や講師の派遣
- 自立支援医療（精神通院）の支給認定
- 精神障害者保健福祉手帳の認定
- 精神保健福祉法に基づく診察・移送や精神障害者の緊急時の医療を確保するための事業

組織育成

自助グループ
当事者の方々がセンターに集まっています。
事前申込みは不要です。

ギャンブル依存症者ミーティング（GA），
統合失調症当事者の会（KSA）
京都府断酒平安会（昼例会），**（家族会みやび）**
自死遺族のフリースペース
（こころのカフェきょうと自死遺族サポートチーム）

※令和３年４月時点のグループです。

＊日時や時間は相談専用電話でお問い合わせいただくか，当センターのホームページをご参照ください。

京都市
CITY OF KYOTO

デイ・ケア課の仕事

「統合失調症の方のための就労準備デイ・ケア」と「うつ病の方のための症状改善と就職・復職の準備性を高めるデイ・ケア」

基礎コースでは，週４日の通所により生活リズムを整え，さらに集団活動を通じて働くための自信や基礎的な体力・持続力等を取り戻し，その後の実践コースでは，働く上で必要な実践的な力を身につけます。

利用日時　月・火・木・金　9:30 ～ 15:30

プログラム内容

【学びの場】

- 病気への理解を深め，再発防止のためのスキルを身に付ける心理教育セミナー
- 働くための情報の提供
  （職場見学，就労体験談，社会資源の利用法，働き方や仕事の探し方の学習会等）
- 対人技能の向上（職場コミュニケーション実習，職場マナー講座，就労のためのＳＳＴ）
- 履歴書の書き方，就労面接の練習，パソコン教室

【職場実習】

（協力実習先にて）スタッフの同行支援を受けながら働くイメージをつかみ自信をつけます。

【その他】

スポーツ，フィットネス，園芸，コーラスワーク等

スタッフ　精神科医・精神保健福祉相談員・作業療法士・看護師・心理職員の専門職がチームで支援します。

利用方法　利用ご希望の方は，まずお電話ください。見学日のご案内をいたします。
電話で見学日を予約 → 見学 → かかりつけ医からの診療情報提供書，問診票等の準備 → 診察 → 受け入れ検討会議 → 利用開始（毎月初め）

費　用　医療費がかかります。健康保険適用。自立支援医療費制度利用可。
（負担額は個人により変わります）

お問い合わせ先　☎ 075-314-0510　FAX 075-314-0542

ご家族には　「家族の集い」を開催し，病気についての学習，情報提供，就労支援施設見学，交流会等を行っています。担当者との個別相談も行っています。

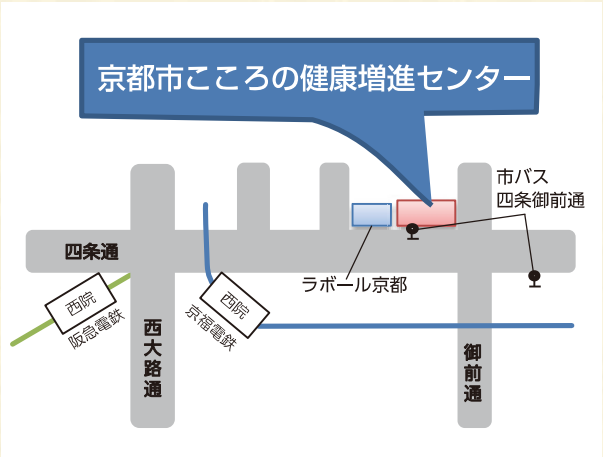
講座の開催　デイ・ケアで得られた就労支援活動の経験を生かし，精神障害のある方及びご家族を対象に，仕事をする上で必要な病気に関する知識や就労支援に関する情報をお伝えすることを目的として，「精神障害のための就労支援講座」を年１～２回開催しています。

京都市こころの健康増進センター
〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町30番地

相談援助課
TEL 075-314-0355
相談専用電話 075-314-0874
FAX 075-314-0504

デイ・ケア課
TEL 075-314-0510
FAX 075-314-0542

ホームページ
http://kyoto-kokoro.org/
フェイスブック
https://www.facebook.com/kokorohothot



平成27年9月に移転しました。

発行元　：京都市こころの健康増進センター
発行年月：平成２７年９月
修正　　：令和３年４月

京都市印刷物　第274902号