

相談窓口

「こころの病気かもしれない」

「病気や障害、生活のことで困っているけれど、
どこへ相談したらよいのかわからない」等、
相談できずに困っていることはありませんか。

こころの病気や生活について、さまざまな相談機関や支援機関があります。
一人で抱えずに、ぜひ相談してください。



- こころの健康の問題や、生活について相談したい・・・・・・・・・・・・・10
- 発達障害について相談したい・・・・・・・・・・・・・16
- 18歳未満の子どもについて相談したい・・・・・・・・・・・・・16
- 夜間や休日の急な医療について相談したい・・・・・・・・・・・・・17
- 住む場所を探す手伝いをして欲しい・・・・・・・・・・・・・18
- 働くことについて相談したい・・・・・・・・・・・・・19
- 犯罪の被害について相談したい・・・・・・・・・・・・・22
- 高齢者・認知症等について相談したい・・・・・・・・・・・・・23
- 自殺予防・健康問題について相談したい・・・・・・・・・・・・・26
- 労働や経済的なことについて相談したい・・・・・・・・・・・・・27

岡山市保健所・保健センター

保健所・各保健センターでは、保健師や精神保健福祉士等が、こころの健康についての相談を受け付けています。また、保健センターでは専門医への相談日も設けています。

各保健センターでは精神障害者の方の障害福祉サービス・地域生活支援事業や精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療（精神通院医療）、心身障害者医療費助成制度等の受付も行っていきます。岡山市保健所（健康づくり課精神保健係）では、精神障害者の方の障害福祉サービス・地域生活支援事業の支給決定等を行っています。

名 称	郵便番号	所 在 地	電話番号
北区中央保健センター	700-8546	北区鹿田町1-1-1 (岡山市保健福祉会館3階) (各種申請窓口は2階)	086-803-1265
北区北保健センター	700-0071	北区谷万成2-6-33 (北ふれあいセンター内)	086-251-6515
北区北保健センター 御津・建部分室	709-3198	北区建部町福渡489	086-722-1114
中区保健センター	702-8002	中区桑野715-2 (岡山ふれあいセンター内)	086-274-5164
東区保健センター	704-8192	東区西大寺中野本町4-5	086-943-3210
南区西保健センター	701-0205	南区妹尾880-1 (西ふれあいセンター内)	086-281-9625
南区南保健センター	702-8021	南区福田690-1 (南ふれあいセンター内)	086-261-7051
精神保健係	700-8546	北区鹿田町1-1-1 (岡山市保健福祉会館2階)	086-803-1267

こころの健康相談

こころの健康やこころの病気（うつ病・統合失調症等の精神疾患、アルコール・若年性認知症の問題、ストレス相談等）について、専門医が相談に応じます。

- ご本人、ご家族、その他関係者・関係機関からの相談に応じます。
- 相談内容は秘密を厳守します。
- 相談は無料です。
- ※既に医療機関を受診されている方は、主治医へご相談ください。
- 相談時間は13：30～15：00です。

相談は予約制のため、事前にご希望される各保健センターへお電話でご予約ください。

実施日については、変更になることがありますので、「市民のひろばおかやま」でご確認いただくか、各保健センターへお問い合わせください。

相談・家庭訪問

保健師、精神保健福祉士等が、面接や電話による相談を随時お受けしています。必要に応じて、家庭を訪問します。まずは、お住まいの地域にある各保健センター、御津・建部分室にご相談ください。

各種申請・手続き

- 自立支援医療（精神通院医療） → 30ページ
- 心身障害者医療費助成制度（精神障害者のみ） → 33ページ
- 障害福祉サービス（精神障害者のみ） → 62ページ
- 地域生活支援事業（精神障害者のみ） → 64ページ
- 精神障害者保健福祉手帳 → 67ページ

等の申請をお受けしています。

その他

当事者会・家族会への支援活動、精神保健に関する講演会等を行っています。お気軽にお問い合わせください。

岡山市福祉事務所

地域の福祉を支える総合的な機関として、障害がある方が利用できる福祉制度についてのさまざまな相談が受けられます。

生活保護や各種手当等の詳しい内容については、お住まいの地域にある福祉事務所へお問い合わせください。

お問い合わせ先および周辺地図 → 5ページ



岡山市こころの健康センター（精神保健福祉センター）

こころの悩みや精神症状についての相談に応じたり、精神障害のある方の社会参加を支援したりしています。

また、思春期のこころの問題や依存症、自死遺族の方の相談に応じたり、長期にわたって精神科病院へ入院されている方々の退院促進や地域生活支援について、関係機関と連携・協力して取り組んだりしています。

主な業務

1 相談

① 来所相談（予約制）※

保健師、臨床心理士、精神保健福祉士等が対応します。相談は無料です。

必要に応じて精神科医の診察（保険診療）を行っています。

② 電話相談

こころの相談電話 086-803-1274（専門の職員が対応します。）

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く） 9：00～12：00、13：00～16：00

2 専門相談

① 自死遺族相談（予約制）※

大切な人を自死でなくした時、こころや身体にいろいろな変化をもたらすことがあります。一人で抱え込まないでご相談ください。

[わかちあいの会（自死遺族の集い）](#) → [94ページ](#)

② 依存症相談（予約制）※

アルコール依存症や薬物依存症、ギャンブル依存症等についての相談に応じます。

③ 思春期こころの健康相談（予約制）

思春期に起こるこころの問題についての相談に応じます。

※各相談の予約は、こころの相談電話 086-803-1274へ

3 審査・判定業務

① 自立支援医療（精神通院医療）の支給認定

② 精神障害者保健福祉手帳の判定

③ 岡山市精神医療審査会の事務

お問い合わせ先

岡山市こころの健康センター

住所 〒700-8546

岡山市北区鹿田町一丁目1-1

岡山市保健福祉会館4階

電話 086-803-1273（代表）

FAX 086-803-1772

岡山市自殺対策推進センター

岡山市自殺対策推進センターでは、岡山市にお住まいで死にたいほどつらい気持ちを抱えた方やそのご家族、関係機関の支援者の皆様からの相談に応じています。お一人で悩まず、まずはお電話ください。

- **利用対象者** 岡山市内にお住まいで、死にたいほどつらい気持ちを抱えた方やそのご家族、関係機関の支援者の皆様等
- **電話相談** 相談専用電話 086-803-1274
受付時間 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
9：00～12：00、13：00～16：00
- **来所相談** 予約制 まずは専用電話にお電話ください。相談は無料です。
- **住所** 岡山市北区鹿田町一丁目1-1 岡山市保健福祉会館4階
（岡山市こころの健康センター内）

お問い合わせ先

岡山市こころの健康センター

住所 〒700-8546
岡山市北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館4階
電話 086-803-1273（代表）
FAX 086-803-1772

岡山市依存症相談支援センター

岡山市依存症相談支援センターでは、岡山市にお住まいの依存症（アルコール・薬物・ギャンブル等）でお悩みのご本人やご家族等からの相談に応じています。お一人で悩まず、まずはお電話ください。

- **利用対象者** 岡山市内にお住まいで、依存症（アルコール・薬物・ギャンブル等）でお悩みのご本人やご家族等
- **電話相談** 相談専用電話 086-803-1274
受付時間 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
9：00～12：00、13：00～16：00
- **来所相談** 予約制 まずは専用電話にお電話ください。相談は無料です。
- **住所** 岡山市北区鹿田町一丁目1-1 岡山市保健福祉会館4階
（岡山市こころの健康センター内）

お問い合わせ先

岡山市こころの健康センター

住所 〒700-8546
岡山市北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館4階
電話 086-803-1273（代表）
FAX 086-803-1772

岡山市ひきこもり地域支援センター

岡山市ひきこもり地域支援センターでは、ひきこもり支援コーディネーターを配置し、岡山市にお住まいのご本人やご家族等からの相談に応じています。お一人で悩まず、まずはお電話ください。

- **利用対象者** 岡山市内にお住まいで、ひきこもり状態にあるご本人、ご家族等
- **電話相談** 相談専用電話 086-803-1326
受付時間 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
9：30～12：00、13：00～15：00
- **来所相談** 予約制 まずは専用電話にお電話ください。相談は無料です。
- **住所** 岡山市北区鹿田町一丁目1-1 岡山市保健福祉会館4階
（岡山市こころの健康センター内）

お問い合わせ先

岡山市こころの健康センター

住所 〒700-8546
岡山市北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館4階
電話 086-803-1273（代表）
FAX 086-803-1772



相談支援機能強化事業所（相談支援）

障害者等からの相談に応じ、必要な情報の提供、助言等を行っています。
各事業所では下記の事業も行っていきます。

● 事業内容

- ・住宅入居等支援（居住サポート）…… 一般住宅への入居等の支援をします。
- ・成年後見制度利用支援 …………… 成年後見制度の申し立てに必要な支援をします。 **成年後見制度 → 77ページ**
- ・障害児等療育支援相談 …………… 在宅の障害児等の地域における生活を支えるための療育指導等を行っています。

※詳細については、各事業所へ直接お問い合わせください。

● 利用料 無料

名称	郵便番号	所在地	電話番号	FAX 番号
地域サポートセンター 仲よし	700-0806	北区広瀬町10-9	086-223-1181	086-223-1182
地域活動支援センター 旭川荘	703-8555	北区祇園866	086-275-4518	086-275-9323
ひらた旭川荘 地域活動支援センター	700-0952	北区平田407	086-245-7361	086-245-7385
障害者生活支援センター こら〜れ	709-3111	北区建部町福渡834-2	086-722-5200	086-722-5201
地域活動支援センター ぱる・おかやま	700-0822	北区表町3-7-27 2階	086-201-1720	086-201-1713
サポートセンター かけはし	704-8112	東区西大寺上3-2-1 1階	086-206-3127	086-206-3128
支援センター・コンドル	702-8026	南区浦安本町208-6	086-261-7228	086-262-7179
岡山南障がい者 相談支援センター	702-8031	岡山市南区福富西1-14-21	086-259-3888	086-259-3881

障害者虐待に関する相談・通報窓口

障害者虐待を受けたと思われる障害者を発見した人には、市の相談窓口への通報義務があります。障害者虐待に関わる通報や届出、支援などの相談は、下記連絡先までお寄せください。

● 岡山市障害者権利擁護・虐待防止センター

障害者虐待通報・相談専用ダイヤル（24時間・365日受付）

電話 086-259-5303 FAX 086-259-5302

岡山市発達障害者支援センター（ひか☆りんく）

岡山市発達障害者支援センターでは、教育、医療、保健、福祉、労働等の関係機関と連携を図りながら、発達障害のある方とご家族及び関係機関に対する支援を行います。

また、地域に密着した支援体制を整え、継続的に支援を行えるようお手伝いをさせていただきます。

- **利用対象者** 岡山市内にお住まいの発達障害のある方、またその疑いのある方とご家族及び関係機関
※対象となる方の年齢は問いません。
- **ご利用の流れ** ①まずはお電話をください。
②ご相談内容についてお聞きします。
③センターでニーズに応じた支援方法を検討し、後日、センターから連絡します。
※来所相談の場合は予約制です。
- **開設時間** 8：30～17：15（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

お問い合わせ先

岡山市発達障害者支援センター（ひか☆りんく）

住所 〒700-0905 岡山市北区春日町5-6 岡山市勤労者福祉センター1階
電話 086-236-0051

岡山市こども総合相談所（児童相談所）

18歳未満の子どもたちが、心身ともに健やかに育ち、もてる力を最大限に発揮することができるよう、福祉や心理等の専門スタッフがさまざまな相談に応じ、援助することを目的とする専門機関です。

- **開設時間** 8：30～17：15（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）
※虐待通告は、夜間・休日も対応しています。
※来所相談は予約制です。事前にお問い合わせください。

お問い合わせ先

岡山市こども総合相談所（児童相談所）

住所 〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目1-1 岡山市保健福祉会館5階
電話 086-803-2525

岡山市教育相談室

岡山市内に在住する幼児及び児童生徒、保護者、教職員を対象に、不登校やいじめ等に関して、面接等による教育相談に応じたり、児童生徒の集団への適応性を高めるための指導、支援を行ったりしています。

- **住所** 〒703-8236 岡山市中区国富三丁目9-12 岡山市立操山公民館3階
- **電話** 086-207-2170
- **電話・面接相談** 月曜日～金曜日 9：00～18：30
土曜日 9：00～16：00

岡山県精神科救急情報センター

休日・夜間の精神科における緊急時に電話で医療相談ができます。

- **設置場所** 〒700-0915 岡山市北区鹿田本町3-16（岡山県精神科医療センター内）
- **電話** 086-225-9080
- **受付時間** 土・日曜日、祝日、年末年始 8：30から翌日8：30まで
平日の月曜日～金曜日 17：00から翌日8：30まで
- **その他** 受付後、受診が必要な場合は受診先を紹介します。

岡山県地域移行促進センター

電話相談、宿泊施設の提供を行うことで、精神障害のある方の地域生活の安定を図ります。宿泊施設は、精神科病院に入院している方の地域生活に移行する訓練の場としても利用できます。

● 事業内容

①24時間電話相談事業

精神障害のある方の生活を支援するため、24時間体制で電話による生活上のご相談を受けます。

24時間相談電話：090-4693-1133

②ホステル事業（短期宿泊・試験外泊）

精神障害のある方の地域生活の維持・継続及び入院回避を図るために、居宅での生活が困難な場合の一時宿泊のために宿泊施設を提供します。また、精神科病院に入院している患者様が、退院後に地域生活に移行するための訓練としてもご利用できます。

宿泊先：ビジネスホテル ウェル（岡山市北区東古松一丁目1-28）

定員：2名

利用料金：1泊1,000円（朝食付き） ※事前登録の手続きが必要です

受付時間：月曜日～金曜日 9：00～16：30

お問い合わせ先

岡山県地域移行促進センター

住所 〒700-0915

岡山市北区鹿田本町3-16

岡山県精神科医療センター1階事務所

電話 090-4693-1133

(NPO法人) おかやま入居支援センター

● 事業内容

- ・入居支援ネットワーク形成支援
- ・居住物件探し支援
- ・障害福祉サービス事業
(計画相談支援、地域移行支援、地域定着支援、自立生活援助)

※入居支援の申し込みの場合、必ず関係機関（行政機関・医療機関・介護関係者・不動産仲介者・後見人等）と一緒にお願いします（電話予約必要）。

※保証支援の決定にあたっては審査があります。

● 対象になる方

- ・入居支援の必要性がある高齢者、障害者等
- ・障害福祉サービスは3障害対応

● 受付時間

月曜日～金曜日（祝日を除く）

居住相談については10：00～17：00

障害福祉サービスについては9：30～16：00

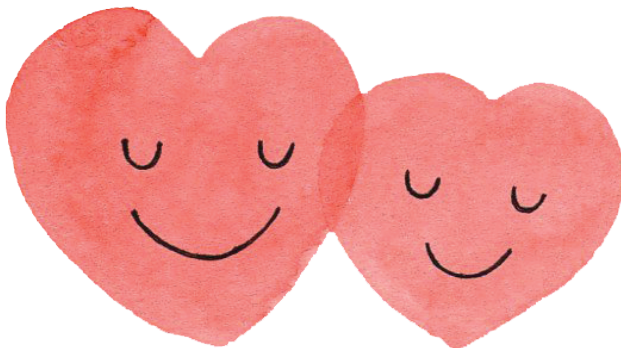
お問い合わせ先

(NPO)おかやま入居支援センター

住所 〒700-0806

岡山市北区広瀬町2-11

電話 086-230-1056



就労支援機関

■ 公共職業安定所（ハローワーク）

ハローワークでは、働くことを希望している障害者に対して、職業相談、就職のあっせんを行っています。また、障害者等就職困難な方の就職を促進するための各種の施策を行っています。

● 障害者短時間トライアル雇用制度

直ちに週20時間以上勤務することが難しい精神障害者及び発達障害者の方について、3～12か月の期間をかけながら週20時間以上の就業を目指すとともに、精神障害者等及び事業主の相互理解を促進し雇用機会の確保を目的としています。

● 特定求職者雇用開発助成金

障害者、高年齢者等就職が困難な求職者を安定所等の紹介により雇い入れる事業主に対し最長3年助成するもので、障害者等の雇用の促進を目的としています。

お問い合わせ先

岡山公共職業安定所専門援助部門

住所 〒700-0971
岡山市北区野田一丁目1-20
電話 086-241-3704
FAX 086-243-9255

西大寺公共職業安定所

住所 〒704-8103
岡山市東区河本町325-4
電話 086-942-3212
FAX 086-942-7580

■ （社会福祉法人）旭川荘 岡山障害者就業・生活支援センター

就職を希望する障害者や在職中の障害者に対して、就業面及びそれに伴う生活面での悩みや課題について、相談や職場・家庭訪問等の支援を実施しています。

● 支援内容

【就業面での支援】

- ・就職に向けた準備に対する支援
- ・就職に向けた活動の支援
- ・職場定着に向けた支援

【生活面での支援】

- ・日常生活、地域生活に関する相談・助言

● 受付時間 月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く） 8：30～17：15

● 費用 無料
（支援の中で他事業所を利用する場合、別途料金が必要な場合があります。）

お問い合わせ先

（福）旭川荘 岡山障害者就業・生活支援センター

住所 〒703-8207 岡山市北区祇園866
電話 086-275-5697 FAX 086-275-9323
MAIL shugyo-seikatsu@asahigawasou.or.jp
ホームページ <http://www.shugyo-seikatsu.com>

■ (独立行政法人) 高齢・障害・求職者雇用支援機構 岡山支部 岡山障害者職業センター

岡山障害者職業センターは、障害のある方に対してハローワークと協力し、就職に向けての相談、職業能力等の評価、就職前の支援から就職後の職場適応、職場復帰の援助まで、障害のある方お一人おひとりの状況に応じて次の支援サービスを提供しています。

● 障害のある方に対して

① 職業相談・職業評価

面談や各種検査等を通じて、就労上の課題や現状の整理を行い、今後の取り組み方、必要な支援内容・方法等を含む職業リハビリテーション計画を策定します。

② ジョブコーチ支援

職場にジョブコーチが訪問し、障害のある方及び事業主に対して職場適応に関する支援を行います。

③ 職業準備支援

発達障害や精神障害のある方を主な対象としたセンターでの作業支援や講座（職業に関する知識、SST、ストレス対処等）を通じて、基本的な労働習慣及び就労上の課題の改善を支援します。

④ 職場復帰（リワーク）支援

うつ病等により休職中の方が復職を目指すにあたって、スムーズに職場復帰し、その後も安定して働き続けられるよう、主治医と連携しながら、休職者・事業所の両者に対して支援（相談や助言、ウォーミングアップ支援）を行います。

● 事業主に対して

障害者の受け入れから採用後に至るまでの雇用管理に関するさまざまな問題について、専門的な助言、援助を行っています。

● 受付時間 8：45～17：00（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

● ご利用の案内

- ・利用をご希望の方は事前にご予約をお願いします。
- ・相談内容の秘密は固く守ります。
- ・支援サービスの利用にかかる費用は無料です。
- ・来所の際は、専用駐車場がないため、できるだけ公共交通機関のご利用をお願いします。

お問い合わせ先

(独) 高齢・障害・求職者雇用支援機構 岡山支部
岡山障害者職業センター

住所 〒700-0821
岡山市北区中山下一丁目8-45
NTTクレド岡山ビル17階
電話 086-235-0830

■ おかやま地域若者サポートステーション

おかやま地域若者サポートステーション（以下サポステ）は、働くことにふみだしたい15～49歳までの無業状態の若者とじっくりと向き合い、どうしていけばいいのかを一緒に考えて一緒に行動していきます。本人やご家族の方々だけでは解決が難しいことを、ともに取り組んでいきます。「働きだすチカラ」から「働くチカラ」、そしてその先を全面的にサポートする、厚生労働省と岡山県委託の支援機関です。キャリアコンサルタント・臨床心理士・産業カウンセラー・精神保健福祉士等の資格をもった専門スタッフが、就労に向けた、さまざまな悩みに応じたサポートを行っております。また、岡山市の本所以外でも出張相談を行っておりますので、ホームページやパンフレットをご覧ください。

● 開所時間

月曜日～金曜日 9：00～18：00（第2・第4金曜日のみ20時まで）
月1回土曜日開所日あり 9：00～18：00

● 対象者

無業状態の15～49歳までの方とその保護者の方

● 主な支援内容

①個別相談

個別面談を通じて、就労や自立に関する悩み等、スタッフが相談をお受けします。ハローワーク同行・履歴書の書き方や添削、面接・電話練習・職業興味・適性検査等、さまざまなメニューをご用意しています。まずは一度、お気軽にご相談ください。

②各種サービス

サポステでは「働きだすチカラ」や「働くチカラ」、「続けるチカラ」を身に着けていくために、各種セミナーを行っております。コミュニケーション訓練・ビジネスパソコン講座・就労支援セミナー（ビジネスマナー講座・労働の法律・制度・職業講話）等を通じて、スキルアップや自己理解・職業理解を深めることができます。

職場見学・体験では、ご希望の企業と一緒に訪問して、仕事の現場を見て、話を聞くことができます。体験プログラムでは、実際に仕事を体験でき、職業イメージをもちやすくなるため就労に一步近づくことができます。また保護者の方向けに保護者勉強会や座談会を行っております。その他、訪問支援も行っております。

③定着・ステップアップ支援

働きはじめてからも、悩みや課題があると思います。ご本人にとってなるべく負担なく、長くお仕事を続けていくためにも、「働きはじめて」からのサポートも手厚く行っております。また、アルバイトから正社員へのステップアップ相談スキルアップセミナー等も行っております。

お問い合わせ先

おかやま地域若者サポートステーション

住所 〒700-0815
岡山市北区野田屋町一丁目6-20
せとうちビルII 4階
電話 086-224-3038 FAX 086-237-1777
MAIL okasapo@roukyou.gr.jp
ホームページ <https://okasapo.roukyou.gr.jp>

犯罪被害等の相談窓口

■ (NPO法人) おかやま犯罪被害者サポート・ファミリーズ

身近な人、大切な人を亡くされたあなたに合った方法とペースでさまざまな思いや気持ちと向き合える場を提供します。事件・事故だけでなく自死・突然死のご遺族の相談を受け付けています。

- **相談電話** 086-245-7831 (毎週土曜日 10:00~16:00)

お問い合わせ先

(NPO) おかやま犯罪被害者
サポート・ファミリーズ事務局

住所 〒700-0816
岡山市北区富田町二丁目12-16
センチュリー富田町ビル3階
ももたろう第2法律事務所内
電話 086-226-7744

■ (公益社団法人) 被害者サポートセンターおかやま

岡山県公安委員会指定犯罪被害者等早期援助団体、全国被害者支援ネットワーク加盟・民間支援団体として、犯罪被害者やそのご遺族が被害を早期に軽減するとともに、再び平穏な生活を営むことができるよう支援する機関です。

- **相談電話** 事件・事故に関する相談電話 086-223-5562
月曜日～土曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
- **利用対象者** 犯罪及びこれに準ずる心身に有害な影響を及ぼす行為により害を被った者及びその家族または遺族 (犯罪被害者等)
- **内容**
 - ①電話相談・面接相談
 - ②病院・警察・裁判所等への付き添い
 - ③生活支援・こころの支援
 - ④DV・ストーカー被害者の支援
 - ⑤自助グループへの支援

■ 性暴力被害者支援センター「おかやま心」^{こころ}

性的な暴力は、年齢、性別にかかわらず起こります。身近な人や夫婦・恋人の間でも起こります。つらいこと、不安なことを「おかやま心」に話をしてみませんか。

- **相談電話** 086-206-7511
#8891 (はやくワンストップ)
月曜日～土曜日 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
※上記以外の夜間休日のご連絡は、「性犯罪・性暴力被害者のための夜間・休日相談コールセンター」につながります。

高齢者・認知症等に関する相談窓口

■ 岡山市地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者のみなさんを保健・医療・福祉・介護等さまざまな面から総合的に支える機関です。保健師、看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーが相談を受けます。

主な業務

- 介護予防ケアマネジメント
- 総合相談、支援
- 権利擁護、虐待の早期発見、防止
- 地域のケアマネジャー等の支援

センター名	所在地	電話番号	担当地域(中学校区)
岡山市北区中央 地域包括支援センター (本センター)	〒700-8546 北区鹿田町一丁目1-1 (岡山市保健福祉会館内)	086-224-8755	岡輝・石井・桑田
北方分室	〒700-0808 北区大和町二丁目4-30 スペイン通り1階北A	086-201-7201	岡北・岡山中央
平田分室	〒700-0952 北区平田407(ひらた旭川荘内)	086-239-9211	御南・吉備
岡山市北区北 地域包括支援センター (本センター)	〒700-0071 北区谷万成二丁目6-33 (北ふれあいセンター内)	086-251-6523	中山・香和・京山
高松分室	〒701-1351 北区門前392-1	086-287-9393	高松・足守
御津分室	〒709-2133 北区御津金川449 (岡山市御津保健福祉ステーション内)	086-724-4611	御津
建部分室	〒709-3111 北区建部町福渡489 (北区役所建部支所内)	086-722-3300	建部
岡山市中区 地域包括支援センター (本センター)	〒702-8002 中区桑野715-2 (岡山ふれあいセンター内)	086-274-5172	富山・操南
中区分室	〒703-8566 中区赤坂本町11-47 (中区福祉事務所内)	086-206-2871	東山・操山
高島分室	〒703-8203 中区国府市場32-12	086-275-3205	高島・竜操
岡山市東区 地域包括支援センター (本センター)	〒704-8116 東区西大寺中二丁目16-33 (西大寺ふれあいセンター内)	086-944-1866	西大寺・上道・ 上南・山南・旭東
瀬戸分室	〒709-0897 東区瀬戸町瀬戸45 (東区役所瀬戸支所内)	086-952-3883	瀬戸
岡山市南区西 地域包括支援センター (本センター)	〒701-0205 南区妹尾880-1 (西ふれあいセンター内)	086-281-9681	妹尾・福田・興除
灘崎分室	〒709-1215 南区片岡159-1 (岡山市ウェルポートなださき内)	086-363-5070	藤田・灘崎
岡山市南区南 地域包括支援センター (本センター)	〒702-8021 南区福田690-1 (南ふれあいセンター内)	086-261-7301	芳泉・芳田・福浜
市場分室	〒702-8052 南区市場1-1(岡山市中央卸売市場内)	086-239-9151	福南・光南台

相談窓口

医療を受ける

制度を利用する

仲間と支え合う

問い合わせ先・関係機関一覧

● もの忘れ相談会

もの忘れ、認知症のことについてお悩みの方に、認知症疾患医療センターの専門職がお話をうかがいます。ご本人だけでなく、ご家族等からの相談も受け付けます。詳しい日時や場所については、市広報誌「市民のひろば おかやま」でお知らせします。

お問い合わせ先 各地域包括支援センター → 23ページ

■ 岡山市認知症疾患医療センター

認知症の鑑別診断等の認知症専門医療の提供、患者・家族への介護サービス情報の提供、相談対応、またかかりつけ医や地域包括支援センターとも連携しながら認知症の方をサポートしていきます。かかりつけ医研修等も開催し、地域保健医療の向上もめざします。

- 外来診療 月曜日～木曜日の完全予約制
- 相談 受付時間 月曜日～金曜日 9:00～16:30
(祝日、年末年始、病院創立記念日(5月28日)を除く)
電話・来所いずれでも対応します。
- 対象者 認知症患者やその家族、関係機関

お問い合わせ先

岡山市認知症疾患医療センター

住所 〒700-8607
岡山市北区青江二丁目1-1 (岡山赤十字病院内)
電話 086-222-8843

■ おかやま認知症コールセンター

電話相談により、認知症の方や家族等からの相談・問い合わせに、認知症介護の専門家や介護経験者等が対応します。

- 電話 086-801-4165 (はれて いちばん よいろうご)
- 受付時間 月曜日～金曜日 10:00～16:00
(土・日曜日、祝日、8月13日～8月15日、12月29日～1月3日を除く)

委託先は公益社団法人「認知症の人と家族の会」岡山県支部(92ページ)で、岡山市と岡山県が共同で委託しています。

■ おかやま若年性認知症支援センター

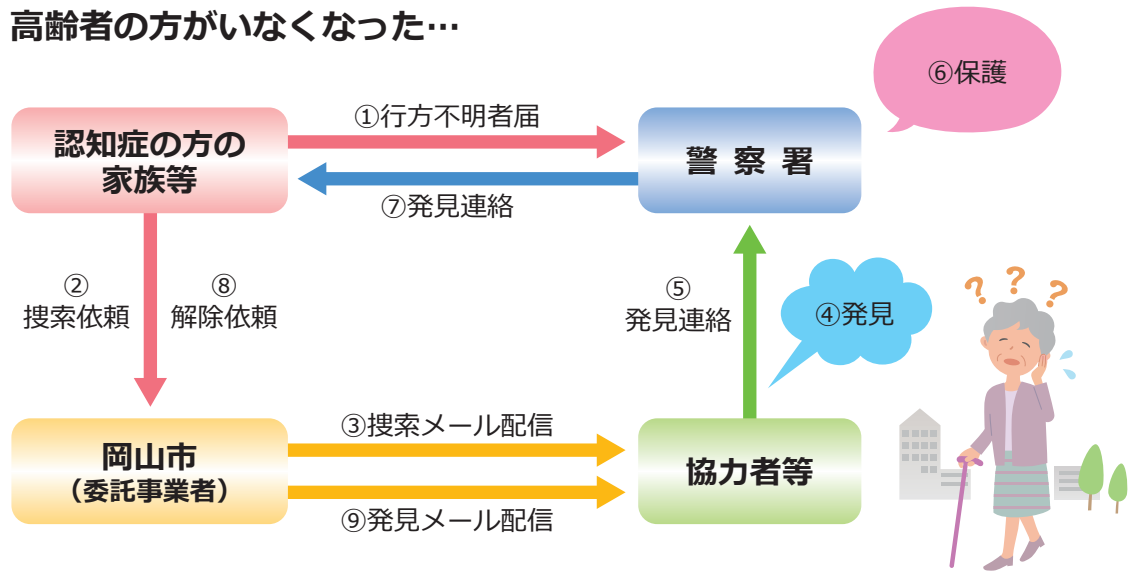
若年性認知症の人や家族等の支援を行う相談窓口です。電話相談や面談等にて、専門のコーディネーターが対応します。

- 電話 086-436-7830
- 受付時間 月曜日～金曜日 10:00～16:00
(土・日曜日、祝日、8月13日～8月15日、12月29日～1月3日を除く)

岡山市行方不明高齢者さがしてメール事業

行方不明になるおそれのある高齢者等と搜索の協力者を事前に登録し、万一行方不明となった方が出た場合に、登録された情報を協力者等にメール配信し、搜索の協力をしてもらおう事業を行っています。

高齢者の方がいなくなった…



● 行方不明になるおそれのある高齢者等の登録

☆登録窓口 ……市役所高齢者福祉課、地域包括支援センター

☆登録費用 …… 無料

☆登録方法 ……本人、家族の方が登録申請書（市のホームページ、高齢者福祉課等に設置）にご記入いただき、上記窓口に提出。

（申請時に必要なもの）・登録申請書・印鑑・ご本人の写真（必須ではありません）

☆登録後 ……登録番号の控えと登録番号が記載された靴反射シールを郵送します。

● 搜索の協力者・協力事業者の登録

☆登録費用 …… 無料（ただし、メールの送受信や登録用ホームページへのアクセスに要する通信費等は登録者負担となります。）

☆登録方法 …… 下記のメールアドレスに空メールを送信してください。

また、下記QRコードからもアクセス可能です。

☆登録用アドレス …… t-okayama-kourei@sg-m.jp

※協力いただける事業者の方は、事業者名もご記入ください

☆行方不明情報の配信時間 …… 午前8時から午後8時

● お問い合わせ先 高齢者福祉課（電話：086-803-1230）

QRコード



QRコードの商標はデンソーウェブの登録商標です。

自殺予防・健康問題の相談窓口

自殺による死亡が深刻な社会問題となっています。

自殺予防のためには、うつ病をはじめ、こころの病気に早めに気づいて受診につなげることも大切ですが、その背景には人間関係、家庭問題、職場の問題、経済的な問題等さまざまなものがあります。一人で悩まず、まずは相談してみましょう。

■ こころ、健康問題の相談

岡山市こころの健康センター → 12ページ

岡山市保健所・各保健センター → 10ページ

■ 岡山いのちの電話

こころの悩みを抱え、精神的危機にある方、誰にも相談できないでつらい思いをしている方、一人で悩まないで、電話をかけてください。

- **相談電話** 086-245-4343（24時間年中無休です）
ホームページ <https://okayama-inochi.jp>
- **自殺予防フリーダイヤル** 0120-783-556（毎月10日 8:00～11日8:00）
（毎日 16:00～21:00）
- **ナビダイヤル** 0570-783-556（10:00～22:00）

■ （独立行政法人）労働者健康安全機構 岡山産業保健総合支援センター

事業者及び労働者に対して、健康相談やメンタルヘルスに関する相談・研修等を行っています。（予約制）

お問い合わせ先

（独）労働者健康安全機構
岡山産業保健総合支援センター

住所 〒700-0907

岡山市北区下石井二丁目1-3

岡山第一生命ビルディング12階

電話 086-212-1222

FAX 086-212-1223

ホームページ <https://okayamas.johas.go.jp>



労働問題・経済的な問題等の相談窓口

■ 岡山県司法書士会 おかやま総合相談センター

多重債務等の相談を受け付けています。

電話 086-224-2334（相談専用電話）

月曜日～金曜日 17：00～19：00（祝日、年末年始を除く）

■ 岡山弁護士会

クレジットサラ金被害救済センター・法律相談センター

● クレジット・サラ金無料法律相談

クレジット・サラ金の多重債務等の相談、各種法律問題全般の相談を受け付けています。

※クレジット・サラ金の相談は無料、その他の相談は原則有料となります。

電話 086-234-5888（相談予約受付電話）

月曜日～金曜日 9：00～17：00（祝日、年末年始を除く）

● 労働と生活に関する弁護士相談（初回の相談料無料）

賃金不払いや解雇、労働災害等の労働問題（労働者側の相談に限ります）や、貧困等による生活困難に関する問題を抱える方の相談を受け付けています。

電話 086-223-4401（相談予約受付電話）

月曜日～金曜日 9：00～17：00（祝日、年末年始を除く）

■ 岡山労働局 総合労働相談コーナー

職場でのパワハラ・いじめ等の相談を受け付けています。

● 岡山労働局 雇用環境・均等室 総合労働相談コーナー

電話 086-225-2017

月曜日～金曜日 9：30～17：00（祝日、年末年始を除く）

● 岡山総合労働相談コーナー（岡山労働基準監督署庁舎内）

電話 086-283-4540

月曜日～金曜日 9：30～17：00（祝日、年末年始を除く）

■ 岡山労働局 雇用環境・均等室

職場でのセクハラ・マタハラ等の相談を受け付けています。

電話 086-225-2017

月曜日～金曜日 9：30～17：00（祝日、年末年始を除く）

相談窓口

医療を受ける

制度を利用する

仲間と支え合う

問い合わせ先・関係機関一覧

■ 岡山労働基準監督署

過重労働等の相談を受け付けています。

電話 086-225-0591

月曜日～金曜日 8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）

■ 岡山市男女共同参画相談支援センター

配偶者暴力相談支援センターの機能を持ち、DV被害者の方への相談に応じます。

（夫婦・親子・家族関係・人間関係等についての相談も可）

電話 086-803-3366（相談ほっとライン）

月・水曜日～土曜日 10:00～19:30

日曜日、祝日 10:00～16:30（年末年始を除く）

■ 岡山市寄り添いサポートセンター

「仕事がなかなか決まらない」「家計のやりくりに困っている」「こころの病や病気になって働けなくなった」「仕事が長続きしない」等、あなたとあなたの悩みに寄り添って、あなたにあった支援を一緒に考えていきます。秘密は厳守いたします。

- **対象** 岡山市にお住まいで、生活にお困りの方であればどなたでも
（生活保護を受けていない方が対象）
- **電話・面接相談** 月曜日～金曜日 8:30～17:00
（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

お問い合わせ先

岡山市寄り添いサポートセンター

住所 〒700-0913

岡山市北区大供三丁目1-18 KSB会館4階

電話 0800-200-8730

■ 福祉事務所

生活保護等の相談に応じています。 → 11ページ

