

# せいしんほけんふくし 精神保健福祉センター

## 目的

精神保健福祉センターは、精神保健福祉法によって、各都道府県に設置することが定められています。精神保健福祉に関する専門的機関として、地域の保健所や関係機関の職員に対する研修を行ったり、地域保健福祉の向上のため技術的な援助を行います。県民の皆さんのこころの健康の保持と向上を目的として、精神保健福祉相談を受けるとともに、パンフレットの作成や講演会などで、精神保健福祉に関する情報の普及啓発を行っています。

若者の自立支援に関する分野としては、思春期の精神保健上の問題に関する取り組みを行っています。また、平成22年4月より『ひきこもり支援センター』を精神保健福祉センター内に設置しました。同センターは、相談事業、教育研修、関係機関との連携、ひきこもり支援に関する情報発信を目的としています。

## 支援内容

### 1 相談事業

電話での相談を行っています。

まずお電話でお話を伺い、必要な場合に来所による相談を行います。

### 2 研修会の開催

思春期の精神保健や、ひきこもりに関する教育研修を、保健所、市町村、学校、NPO 法人などの関係機関に向けて行っています。また、支援関係者の連携を強化するため会議を企画しています。

### 3 普及啓発

#### (1) ホームページによる情報提供

ホームページにて、ひきこもりの情報を提供しています。

#### (2) リーフレットの作成・配布

本人を支えていくためのきっかけを探している家族が、一歩を踏み出す一助となることを目的として、「ご家族のためのひきこもりガイドブック」を作成しています。

#### (3) ひきこもり家族教室の開催

ひきこもりの状態にある者を抱える家族が、ひきこもりについての正しい知識や対応を学ぶことを目的として、ひきこもり家族教室を保健福祉事務所等と共同開催しています。

## 精神保健福祉センター

### 所在地

〒381-8577 長野市下駒沢618-1  
 県立総合リハビリテーションセンター建物内



### 公共交通機関の利用

#### ◆ 電車利用

「JR 長野駅」→「JR（しなの鉄道北しなの線）三才駅」（乗車時間約 10 分）  
 「三才駅」→ 当センター（約 1.4km）

#### ◆ バス利用

「JR 長野駅 善光寺口バス乗り場」  
 →長野電鉄バス「宇木、三才、市民病院経由、柳原行き」乗車  
 「リハビリセンター」バス停下車（乗車時間約 40 分）

### 電話・FAX等

電話 : 026-266-0280

FAX : 026-266-0502

ホームページ : <https://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/>

### 利用案内

利用時間 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

利用料金 無料

◆相談は予約制です。

休業日 土、日曜日、祝日及び 12 月 29 日～1 月 3 日