

相談窓口の紹介



希望する生活にむけて、お話を聞かせてください。
一緒に考えさせていただきます。

- 生活のお困りごとや、障害福祉サービス等の社会資源に関する事など、様々なご相談をお受けしています。

～まずはお住まいの地区の相談支援事業所にお電話ください。～

・相談支援事業所ヤマックス

☎ 073-451-5471

Fax 073-414-2943

・相談支援事業所さくら

☎ 073-488-8016

Fax 073-488-8037

【対象地区】

加太・西脇・木本・松江・湊・

貴志・野崎・楠見

有功・直川・紀伊・山口・川永

・麦の郷 和歌山生活支援センター

☎ 073-423-2267

Fax 073-488-6311

・相談支援事業所 シャローム

☎ 073-425-2406

Fax 073-426-1044

【対象地区】

本町・城北・広瀬・雄湊・大新・

新南・吹上・砂山

芦原・宮・宮北・四箇郷・中之島・

今福

・和歌山圏域障害児者

相談支援事業所 りん

☎ 073-479-3128

Fax 073-479-3130

・地域活動支援センター 櫻

☎ 073-444-2468

Fax 073-446-6607

【対象地区】

雑賀・雑賀崎・田野・和歌浦・

高松・宮前・名草

三田・岡崎・安原・西山東・

東山東・西和佐・和佐・小倉

- 福祉に関する複雑な問題や、制度の挟間の問題についてご相談をお受けしています

・和歌山市社会福祉協議会（福祉総合相談）

☎ 073-423-0021

LINE:



- 精神障害のある方の福祉サービス等各種制度などのご相談をお受けしています

・和歌山市保健所こころの医療福祉グループ ☎ 073-488-5163

Fax 073-431-9980

- こころの不調などの精神保健に関する相談などをお受けしています

・和歌山市保健所こころの健康対策グループ ☎ 073-488-5117

Fax 073-431-9980

<あなたの生活をお手伝いします>シリーズ①

生活のサポートがあります

このリーフレットは、こころの病気や精神障害によって日常生活で困っている方へ、生活をサポートする為の様々な情報をお届けする目的で作成しています。

ここで紹介する情報は一部となります。また、ご利用いただくにあたり、必要な条件等がありますので、相談窓口までお問合せくださいますようお願いいたします。

あなたやあなたの周りの方は、このようなことで困っていませんか？

○薬の飲み忘れや
まちがいがある

○体調管理が苦手

○健康面で相談がしたい



○掃除をどうすれば良いか
わからない

○外がこわくて買い物に
行けない

○調理の仕方がわからない、
苦手



○お金を使いすぎる、
計画どおりに使えない

○1か月の生活費の
見通しを立てられない



作成：和歌山市自立支援協議会 精神障害者部会（R8年3月）

発行：和歌山市保健所 保健対策課

〒640-8137 和歌山市吹上 5-2-15 073-488-5117

※和歌山市自立支援協議会とは、障害のある人が暮らしやすい地域づくりを目標として、障害児者の福祉・医療・教育・雇用にかかわる関係者が集まり、和歌山市における地域課題や取組などについて協議を行っています。



実際に生活のサポートを受けている方の話を聞いてみた



自宅に**訪問看護**の方が来てくれます。
調子が悪い時、自分から相談をしに行くのは不安でしんどくなってしまうのですが、定期的に家に来てもらえるので相談することができて助かります。安心できます。
仕事で悩んでいること等、色々相談を聞いてもらっています。

ヘルパーさんは、生活に直結することの工夫などを教えてもらえる存在です。周りから勧められたものもありますが、一番現実的な生活の部分でそれがなかったら生きていけないという焦りがあったから、利用することにしました。
私の、出来ないところを出来るように関わってくれています。自分の部屋に来てくれるので、相談もしやすいです。



退院後、1か月のお金の流れや自分でどのくらい使っているのが分からなかったため、**社会福祉協議会**に管理してもらうことにしました。
定期的に、生活費を持って来てもらい、やりくりの仕方を学んでいます。
管理してもらうことを続けていたら、自然と自分でも出来るようになってきました。



支援機関の私たちがサポートできること



精神科訪問看護のサポート

- 治療についてよくわからない、服薬がうまくいかないなどの医療に関する困りごとについてご相談に応じます。
- ご利用にあたり人間関係や生活上の困りごとを相談される方や不安を和らげるために話を聞いてほしいという理由の方もいます。
- 利用の方法について、ご本人やご家族のご意向をおうかがいし看護します。



ヘルパーがお手伝い

- 自宅に訪問して日常困っている家事（掃除、調理、買い物など）をサポートします。
- 通院や余暇活動等、外出時には同行することもできます。
- 掃除・調理・買い物などの家事で困っていることが「解決した」と話されている方もいます。



社会福祉協議会がお手伝い

- 生活費のお届けや日常生活に必要な支払いなどの金銭管理をサポートします。
- 通帳や証書などの書類をお預かりできます。
- 福祉サービスの利用についての相談に応じます。
- 日常生活に必要な手続きのサポートをします。（銀行、役所、公共料金など）

