

家族会の詳しい情報は、こちらの
ホームページでご紹介しています

https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/sei-hokenc/kazokukaileaflet.html

浜松市 家族会

相談窓口

こころの病気全般の相談

浜松市役所　障害者支援課

浜松市中央区元城町103-2 浜松市役所本館2階
☎ 053-457-2213



ひきこもり・依存問題等の相談

浜松市精神保健福祉センター

浜松市中央区中央一丁目12-1 静岡県浜松総合庁舎4階
☎ 053-457-2709

電話相談

浜松いのちの電話

☎ 053-473-6222

時間　日～火曜日・祝日　10:00～22:00
　　水～土曜日　　10:00～24:00
　　第2・4土曜日　　10:00～翌日10:00

こころのほっとライン

☎ 053-457-2195

時間　月～金曜日　9:00～16:00（祝日・年末年始をのぞく）

制作　浜松市精神保健福祉センター
　　浜松市中央区中央一丁目12-1 静岡県浜松総合庁舎4階
　　電話 053-457-2709　FAX 053-401-1028
発行　2026年10月

※このリーフレットは、浜松市内精神保健福祉関係家族会等代表者連絡会に参加していただいたみなさまにご協力いただき、2026年10月現在の情報をもとに作成しています。内容が変更になることがありますので、最新情報は各団体に直接お問い合わせください。

浜松市



こころに関するお悩み、
ご家族だけで抱えていませんか？

浜松市
精神保健福祉関係 家族会等
ご案内



家族会とは？

精神疾患や精神的なお悩みを抱える方のご家族は、なかなかその問題を周囲に話すことができず、ご家族だけで抱えて孤立してしまうことが少なくありません。

家族会では、同じような体験や思いをしている方と気持ちをわかちあったり、問題を解決していく力を得ることができます。

「安心して話せる場所がほしい」
「こころの病を抱える家族に、どう対応したらいいかわからない」
「ほかの家族の話を聞いてみたい」

そんな思いをお持ちの方は、
お気軽にお問い合わせください。



各家族会の詳しい情報は、QRコードよりご覧いただけます

統合失調症を中心とした精神疾患の方の家族会

明生会

☎ 090-7024-1674 担当：赤池

心に障害を持つ人とその家族の生活の質を高めるための活動を目的に、昭和47年4月に発足しました。平成16年4月に特定非営利活動法人（NPO法人）として再スタートし、今日に至ります。会員数は主に家族を中心に87名、会費は年3,000円です。主な活動は、家族や当事者からの相談、広報誌の発行、講演会や研修会の実施、作業所の運営等です。



ひとこと会

☎ 090-9265-6719 担当：平野

平成16年に当事者の家族数人が集まり、悩みを話せる場として旧浜北区に立ち上げ、平成19年4月に「ひとこと会」の名称で発足しました。心の病を持った当事者と、その家族の悩みからの開放と、地域での精神保健福祉の向上と、当事者が地域で安心して暮らせるようにサポートすることを目的に活動しています。会員数：17名 会費：随時500円（年1～2回）



依存症の方の家族会

浜松断酒会

☎ 070-5644-4331 担当：中村

お酒をやめたい人、お酒をやめてもらいたい家族等、お酒が原因で困っている人のための会です。公益社団法人全日本断酒連盟、公益社団 法人静岡県断酒会の浜松支部です。県西部では、小笠掛川、 遠江、磐田、浜松、浜北、浜名断酒会が活動しています。 お酒で困っている本人、家族、関係者が例会で酒害体験を聴き、そして話し、回復の道を進みます。



浜北断酒会

☎ 090-7029-0892 担当：戸田

お酒をやめたい人、やめてもらいたい家族など、お酒が原因で困っている人のための会です。毎週水曜日19時～21時に、ふれあい交流センター浜北で体験談を語る、定例会を行っています。また、第2水曜日及び第5水曜日には本人と家族とに分かれて、家族のみの「家族会」も開催しております。随時見学可能ですので、どうぞお気軽にお越しください。



ビリーブ家族会

☎ 090-2344-3438（家族からの相談）

「違法薬物（覚せい剤、大麻など）」「統合失調症・感情障害（うつ病・躁鬱病）」「発達障害（自閉症、アスペルガー症候群、注意欠如・多動性障害（ADHD）、学習障害など」等の精神疾患により、処方薬や自己治療で市販薬などを服用して、薬物使用による問題があるご家族を抱えている方を中心に活動しています。



えある「ギャンブル障害の家族・関係者の会」

☎ 090-6585-6554 担当：春

私たちはギャンブル障害（依存症）の家族・関係者の会です。家族や周りの人は巻き込まれて、ギャンブル障害には無力です。病気について理解すること、家族会に参加することにより原点に戻ることができます。摂食障害、買い物、共依存など、依存の問題で悩まれている方ならどなたでも参加できます。同じ悩みを抱えたメンバーが本音で話せる否定されない場所です。



浜松ギャンブル依存家族会

☎ 090-3494-3985

ギャンブルの問題で困っている家族が、体験や悩みを話せる場所です。悩みを和らげ、安心して楽しんで生活を送っていけるよう、こころのご近所として支え合うことを目的に、月1回の集まりを継続しています。一進一退ですが、自分の人生を楽しみ、当事者の回復を見守っています。悩みを抱えている方は、お気軽にご連絡ください。



GAFA 浜松ステップ

✉ gafa.hamamatsustep@gmail.com

GAFA（Gambling Families Anonymous）は、ギャンブルの問題を抱える人の家族や友人のための自助グループとして2025年4月に設立されました。現在、全国各地で150グループ、毎日どこかでミーティングを行っています。浜松ステップは2025年8月にオープン。毎週「匿名」、少額の寄付制でミーティングを開き、安心して話せる環境を提供しています。

ひきこもりの方の家族会

てくてく

☎ 090-1416-6224 担当：山本

ひきこもり未来創造リレーションとして、毎月1回の定例会を行っています。ニート、ひきこもり、不登校の当事者とご家族の孤立を防ぎ、てくてくが安心できる居場所となり、回復を目指すことができるよう支援しています。日頃のちょっとした出来事や困りごと、思いなど一緒におしゃべりしませんか。個別相談は事前予約制です。



高次脳機能障害の方の家族会

高次脳機能障害 友の会しずおか
NPO法人 高次脳機能障害 サポートネットしずおか

☎ 0537-24-0608 担当：小関
☎ 054-622-7405 担当：滝川

交通事故や病気、転落事故、スポーツ事故などによって脳に損傷を受け、脳の障害や後遺症に苦しんでいる方や、その家族のための会です。高次脳機能障害のご本人やご家族からの相談をお受けしています。また、勉強会の開催や、会報の発行を行っています。活動の様子は、会報やブログでお知らせしています。https://www.tomonokaisizuoka.net/

