

東京都立精神保健福祉センター



サポートの内容

<思春期青年期相談>

- ①個別相談；「こころの電話相談」で予約の上
- ②家族グループ；月2回
- ③本人グループ；月2回

<デイケア>

グループ活動を通して、人間関係を学んだり、日常生活のリズムを整え、社会生活への自信を取り戻すことを目指しています。利用期間は原則6ヶ月とし、必要に応じて最長1年6ヶ月までの利用が可能です。

分野

こころやからだの悩み / ひきこもり / 生活・お金に関する悩み / 学校・学業の悩み / その他

対象地域

千代田区 / 中央区 / 文京区 / 台東区 / 墨田区 / 江東区 / 豊島区 / 北区 / 荒川区 / 板橋区 / 足立区 / 葛飾区 / 江戸川区 / 島しょ部

メッセージ

精神保健福祉相談では、こころの問題や病気で困っている本人、家族、身近な方からの相談を受けています。まずは電話でご相談ください。適切な医療機関や相談機関をご案内したり、必要に応じて面接相談（予約制）も行っています。思春期青年期相談は専門相談として受けています。デイケアでは、統合失調症と自閉スペクトラム症などの方を対象に、グループワークを行っています。

寄せられた悩み

<思春期青年期相談>

- ・学校や職場に行けなくなり、ひきこもっている。
- ・人間関係が苦手。発達障害ではないか？
- ・リストカット等の自傷行為にどう対応したらいいか？
- ・家族に暴言、暴力がある。どう接したらよいか？

<デイケア>

- ・コミュニケーションスキルを身につけたい。
- ・家以外の居場所がほしい。
- ・自分にあった就労を目指したい。

対象年齢

<思春期青年期相談>概ね15歳以上30歳代半ばまで

料金

<デイケア>

精神科デイケア施設基準（小規模）に基づいて診療報酬を徴収します。参加された時間により、精神科デイケア料または精神科ショートケア料の支払いが必要です。

自立支援医療制度が利用可能です。

※相談に伴う電話代、当センターまでの交通費などは相談者・利用者のご負担になります。

家族だけでの相談・サポート

可能

電話相談

番号：03-3844-2212

受付時間：年末年始、祝休日を除く月曜日から

金曜日の午前9時から午後5時まで

来所相談

住所

〒110-0004 台東区下谷1-1-3

MAP



備考

まず電話でご相談下さい。電話でお話を伺い、必要な場合は面接相談をいたします。

詳細ページ

<https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=200>

