

一人で悩まず、まずはご相談ください。

札幌市内には、行政機関や専門機関のほか、同じ悩みを抱える当事者のグループなども含め、発達障がいのある方やその家族といった自立・社会参加に向けて努力する人たちの支援を目的とした相談窓口が数多くあります。

■札幌市内の相談窓口

区役所

心の健康に関する相談などを行っています。 (担当:各区保健福祉課)

中央区役所 中央区南3条西11丁目 011-231-2400	豊平区役所 豊平区平岸6条10丁目 011-822-2400
北区役所 北区北24条西6丁目 011-757-2400	清田区役所 清田区平岡1条1丁目 011-889-2400
東区役所 東区北11条東7丁目 011-741-2400	南区役所 南区真駒内幸町2丁目 011-582-2400
白石区役所 白石区本郷通3丁目北 011-861-2400	西区役所 西区琴似2条7丁目 011-641-2400
厚別区役所 厚別区厚別中央1条5丁目 011-895-2400	手稲区役所 手稲区前田1条11丁目 011-681-2400

専門機関

専門的な知識で、それぞれの抱える悩みについて相談、支援等を行う機関です。

【精神保健福祉に関する専門機関】 札幌こころのセンター (札幌市精神保健福祉センター) 中央区大通西19丁目 WEST19 011-622-0556	【発達障がい者の専門支援機関】 札幌市自閉症・発達障がい 支援センター「おがる」 東区東雁来12条4丁目1-5 011-790-1616
【ひきこもりに関する相談機関】 北海道ひきこもり成年相談センター 白石区平和通17丁目北1-13 011-863-8733	【若者のための就労支援機関】 ヤングハローワーク札幌 (札幌新卒応援ハローワーク 札幌学生職業センター) 中央区北4条西5丁目 三井生命札幌共同ビル7階 011-233-0202

発達障がいにかかる様々な支援機関のネットワーク

発達障がい支援のための様々な情報発信を行っている機関です。

JDDネット北海道(日本発達障害ネットワーク北海道)
URL:http://www14.plala.or.jp/hdd_net/

相談支援事業所

市の相談機関、関係機関と連携を取り支援する、民間の支援団体です。

地域生活支援センターさつぼろ(中央区) 中央区大通西19丁目 WEST19 5階 011-622-1118	ますとびいー(厚別区) 厚別区厚別中央4条2丁目19-15 011-299-3856
相談室ぼぼ(中央区) 中央区南8条西14丁目1-33 エポリューションF301号 011-522-4112	相談室きらら(豊平区) 豊平区月寒東5条17丁目10-20 ルミエールⅡ102号 011-854-4400
相談室ぼらりす(北区) 北区北21条西5丁目1-32 梅ノ木ビル202 011-757-1871	相談室みなみ(豊平区) 豊平区平岸2条7丁目4-13 平岸前田ビル4階 011-825-1373
相談室つぼみ(北区) 北区北34条西3丁目2-11 011-299-7246	相談支援事業所ノック(清田区) 清田区真栄1条2丁目1-28 真栄ビル1階 011-378-4244
相談室セーボネス(東区) 東区北41条東15丁目3-18 アズプライト503 011-748-3119	相談室ほくほく(南区) 南区澄川2条4丁目7-7 011-807-9746
あさかげ生活支援センター(東区) 東区北33条東14丁目5-1 011-733-3808	相談室すきつぷ(西区) 西区西町南18丁目2-1 稲嶺ビル1階 011-676-0101
相談室あゆみ(白石区) 白石区川北2254番地1 011-879-5522(内線215)	地域生活支援センター手稲 相談室ていね(手稲区) 手稲区手稲本町2条2丁目4-20 フェスタ本町Ⅱ 402号 011-686-0502
地域活動支援センターコミュニティハウス(白石区) 白石区南郷通20丁目南1-2 011-866-1399	相談室ベガ(手稲区) 手稲区前田2条11丁目8-1 エクセレンス前田102号 011-694-5444

家族の会・自助グループ

体験の共有や分かち合い、相互支援と相互扶助を目的とした、同じ悩みを抱える当事者やその家族の集まりです。

家族の会	自助グループ
スペースからころ 090-1389-2489	若者たちのフリースクール「YOUスペース」 東区北8条東1丁目3-10 011-743-1267
アスペルガー基地みらい 厚別区厚別北1条1丁目 011-893-2227	レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク 中央区北4条西26丁目3-2 090-3890-7048
全国引きこもりKHJ親の会家族会連合会北海道 「はまなす」 中央区北4条西26丁目3-2 090-3890-7048	大人の発達障害の会・そこつネット 西区西野7条7丁目 070-5612-7910

掲載はできませんでしたが、活動中の自助グループは他にもあります。改訂の際に加える場合があります。また、掲載情報は平成23年3月現在のものであり、変更される場合があります。