

セルフヘルプネット かごしま



セルフヘルプネットかごしまとは…

人生の中で起こる様々な病気や障害、困難な出来事から孤独になっている人たちが、それぞれの体験を分かち合い支え合っていくグループを「セルフヘルプ（自助）グループ」と言います。私たちセルフヘルプネットかごしまは、2002 年からセルフヘルプグループに関する広報活動を行っています。

毎月第4火曜日 14 時～16 時に鹿児島県精神保健福祉センターにて定例会を開催しています。セルフヘルプネットかごしまの活動に参加を希望される方は、下記までご相談ください。

問い合わせ先／鹿児島県精神保健福祉センター
TEL. 099-218-4755
〒890-0021 鹿児島市小野1丁目1-1

定例会参加 自助グループ一覧

※「第25回セルフヘルプフォーラムかごしま(令和8年12月6日開催)」
参加自助グループ・相談機関のみ掲載しています

セルフヘルプグループ (本人・家族の会)	対象者	開催場所	開催日・時間	問い合わせ先
AA (アルコールリクス・アノニマス)	アルコール依存症に悩む当事者	ホームページをご覧ください https://www.aa-koco.com		AA九州・沖縄セントラルオフィス TEL 099-248-0057
鹿児島県 断酒友の会	断酒をしたい方とその家族	鹿児島県精神保健福祉センター (ハートピアかごしま) 2F	第2日曜日 12:00~15:00	代表番号 TEL 080-3183-7348
GA鹿児島グループ	ギャンブル依存症に悩む当事者	鹿児島市精神保健福祉交流センター (はーと・ぱーく) 2F	毎週土曜日 18:30~20:00	GAジャパンホームページ http://www.gajapan.jp 
GA薩摩グループ		鹿児島県障害者自立交流センター (ハートピアかごしま) 3F	毎週土曜日 16:00~18:00	
GAまなざしグループ		かごしま市民福祉プラザ 4F	毎週水曜日 18:30~20:00	
GAフォレスト鹿児島グループ		かごしま市民福祉プラザ 5F (会場変更の可能性有)	毎週金曜日 19:00~20:30	
ギャマノン鹿児島	ギャンブル依存症に悩む家族	鹿児島市精神保健福祉交流センター (はーと・ぱーく) 2F	毎週水曜日 14:00~15:30 第2/4土曜日 18:30~19:45	gamanon.kagoshima@gmail.com
GAF霧島		国分総合福祉センター 3F	第2土曜日 10:00~12:00 他の土曜日 14:00~16:00	kirishima.gafa@gmail.com
GAF桜島ステップグループ		鹿児島市東谷山福祉館	毎週水曜日 19:00~21:00	gafa.sakurajimastep@gmail.com
GAF鹿児島ステップグループ		かごしま市民福祉プラザ 5F	毎週土曜日 10:00~12:00	gafa.kagoshimastep@gmail.com
全国ギャンブル依存症 家族の会 鹿児島	ギャンブルなどの問題で困っている 家族	鹿児島市中央公民館	第2土曜日 14:00~16:30	代表番号 TEL 090-7985-3050
結(ゆい)	ギャンブルで苦しんでいる方、 今回復されている方、 ご家族の方、ご友人の方	お問い合わせください	第3日曜日 10:00~12:00 (会場の都合で変更の可能性有)	ソーバーハウス6号館 TEL 099-298-9398
NAかたつむりグループ	薬物依存症に悩む当事者	かごしま市民福祉プラザ 5F	毎週月曜日 18:30~20:00	会場に直接お越しください
・・・らしく つながろう LGBTQ+ 南さつま	10代~のLGBT (そうかもしれない人を含む)	南さつま市民センター 1F 第3会議室	第2土曜日 14:00~17:00	TEL 090-8620-3470

相談機関一覧

自分の生きづらさに気づいて誰かに相談
してみたくなったら、下記の相談先まで
ご連絡ください。

公的相談機関

鹿児島県精神保健福祉センター 鹿児島市小野1丁目1-1 TEL 099-218-4755 FAX 099-228-9556 電話相談：平日 9:00~17:00 来所相談：事前予約制
鹿児島市保健所 保健支援課 鹿児島市山下町11-1 TEL 099-803-6929 FAX 099-803-7026 電話相談：平日 8:30~17:15 来所相談：平日 8:45~16:30
鹿児島市精神保健福祉交流センター (はーと・ぱーく) 鹿児島市鴨池2丁目22-18 TEL 099-214-3352 FAX 099-206-8571 電話相談：9:30~20:30 来所相談：9:30~19:00 ※休館日：火曜日・年末年始

鹿児島県指定相談支援事業所

地域活動支援センター 指宿ライフサポート 指宿市東方7531 TEL 0993-24-5055 FAX 099-833-3328 電話相談：9:00~17:30 来所相談：9:00~17:30
地域活動支援センター かけはし 鹿児島市光山1丁目6-1 TEL 099-261-5100 FAX 099-261-5121 電話相談：月~土 8:30~17:30 / 祝日 8:30~13:30 来所相談：9:00~17:00
地域活動支援センター クリカハウス 鹿児島市新屋敷町16番119-B(公社ビル1F) TEL 099-208-1230 FAX 099-210-7038 電話相談：月~金 9:00~17:00 / 土 12:00~17:30 来所相談：月~金 9:00~17:00 / 土 12:00~17:30
地域活動支援センター サポートやすらぎ 鹿児島市犬迫町7749 TEL 099-238-0600 FAX 099-238-0633 電話相談：月~金 9:00~17:00 / 土 9:00~14:00 来所相談：月~金 9:00~17:00 / 土 9:00~14:00 (※土曜は予約制)
地域活動支援センター ひだまり 鹿児島市小原町8-1 TEL 099-260-5865 FAX 099-260-5844 電話相談：月~土 9:00~17:00 来所相談：事前予約制