

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



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 (アルコホーリクス・アノニマス)	アルコール依存症に悩む当事者		直接お問い合わせください	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1日曜日 13:00~15:00	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 18:30~20:30	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 17:00~19:00	
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	第2/4/5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 18:00~19:30	gamanon.kagoshima@gmail.com
GAFA桜島ステップグループ		かごしま市民福祉プラザ	毎週水曜日 19:00~21:00	gafa.sakurajima.step@gmail.com
GAFA霧島		国分総合福祉センター 3F	第1/3土曜日 14:00~16:00 第2/4/5土曜日 10:00~12:00	kirishima.gafa@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	霧島市国分公民館会議室 (国分シビックセンター) 3F	第2土曜日 14:00~16:00	代表電話 TEL 090-6298-2275
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 099-238-0600
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
レインボーポート向日葵	セクシャルマイノリティ・ その家族・友人・支援者		ホームページをご覧ください	
・・・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

※「第24回 セルフヘルプフォーラムかごしま(令和7年11月30日開催)」参加団体のみ掲載しております

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 Tel099-218-4755 Fax099-228-9556
(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 Tel099-803-6929 Fax099-803-7026
(平日8:30~17:15)

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 Tel099-214-3352 Fax099-206-8571
(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 かけはし

鹿児島市光山1丁目6-1 Tel099-261-5100 Fax099-261-5121
(電話/来所相談：9:00~17:00)

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 Tel099-238-0600 Fax099-238-0633
(電話相談：月～金 9:00~17:00/土 9:00~14:00
来所相談：事前にお問合せください)

地域活動支援センター ひだまり

鹿児島市小原町8-1 Tel099-260-5865 Fax099-260-5844
(電話相談：9:00~17:00 来所相談：事前にお問合せください)

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 Tel0993-24-5055 Fax099-833-3328
(電話/来所相談：9:00~17:30)

地域活動支援センター クリンカハウス

鹿児島市新屋敷町16-1F Tel099-208-1230 Fax099-210-7038
(電話/来所相談：月～金 9:00~17:00
土 12:00~17:30 日 9:30~15:00)