

子どものこころの健康における 医療機関・相談窓口



雲南圏域子どもの心の診療ネットワーク会議

(事務局：島根県雲南保健所)

令和8年5月

子どもの心の健康における相談窓口一覧

<医療機関（精神科）>

	ページ
子どもの心の相談・対応する医療機関情報	3

<発達障害者支援センター>

機関	相談内容	電話番号	ページ
島根県東部発達障害者支援センターウィッシュ	発達障がいのある方やその家族、または支援者の方及び関係機関に対し専門的な相談に応じ、助言を行うほか専門的な発達支援及び就労支援	050-3387-8699	4

<教育関係>

機関	相談内容	電話番号	ページ
島根大学こころとそだちの相談センター	カウンセリング、プレイセラピー、箱庭療法、心理検査など、臨床心理学の専門的な手法による相談 有料です。	0852-32-1100	5
島根県教育センター教育相談スタッフ	学校教育や家庭教育に関する様々な不安や悩み、心配なことについて相談	0852-22-5876	5
島根県教育センター“こころ・発達”教育相談室	子どもの健やかな成長・発達を支援するため、電話や来所による教育相談 医療が必要と考えられる子どもに関する相談、紹介	0800-200-1556	6
雲南市教育委員会 児童生徒支援課	学校や子どもにおける様々な相談	0854-40-1084	6
奥出雲町教育委員会 教育魅力課	学校や子どもにおける様々な相談	0854-52-2672	6
飯南町 教育委員会	学校や子どもにおける様々な相談	0854-76-3944	6
おんせんキャンパス (雲南市教育支援センター)	学校への行きづらさ・学校生活での悩み・子どもとの関わり方についての悩みなど	0854-48-0007	7
かたくり (奥出雲町教育支援センター)	不登校や社会的不適応、子どもの発達や家庭生活等について 専門機関と連携を図って相談を実施	0854-52-2672	7
めだかの教室 (飯南町教育支援センター)	それぞれの子どもの不安などを減らし物事に向かうことができるようになることを目指す。めだかの教室での経験を積み重ねていく子どもたちに伴走 ・学習支援、体験学習、コミュニケーション活動 ・保護者支援（保護者会）	0854-76-3944	8

<行政・福祉機関>

	機関	相談内容	電話番号	ページ
雲南 市	「すワン」(雲南市こども家庭センターこども家庭相談グループ)	幼児期・小学生・中学生で、悩みをもっている子ども、保護者、家族、学校や保育園等在籍先からの相談	0854-40-1067	9
	「だっこ♪」(雲南市こども家庭センター母子保健グループ)	妊娠・出産・子育てに関する相談	0854-40-1047	10
	雲南市長寿障がい福祉課	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-40-1042	11
	雲南市社会福祉協議会	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-45-3933	11
	雲南市基幹相談支援センター	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-47-7101	11
奥出雲 町	奥出雲町こども家庭センター	妊娠・出産・子育てに関する相談	0854-54-2504	10
	奥出雲町健康福祉課	こころの健康相談	0854-54-2781	10
	奥出雲町福祉事務所	福祉制度に関する相談	0854-54-2541	11
	奥出雲町社会福祉協議会	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-54-0500	11
	奥出雲町基幹相談支援センター	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-54-2351	11
飯南 町	飯南町こども家庭センター	妊娠・出産・子育てに関する相談	0854-72-1770	10
	飯南町保健福祉センター	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-72-1770	11
	飯南町基幹相談支援センター	ひきこもり・福祉制度に関する相談	0854-72-9374	11
島根 県	出雲児童相談所	18歳未満の児童に関する、発育や発達、しつけ、養育、虐待、非行、子ども自身の悩み等についての相談	0853-21-0007	12
	雲南保健所	思春期・青年期こころの相談、子どもの心の健康相談	0854-42-9642	12

<子どもや若者の学びの場・居場所>

	機関	活動内容	電話番号	ページ
雲南市	【再掲】おんせんキャンパス (雲南市教育支援センター)	学校への行きづらさ・学校生活での悩み・子どもとの関わり方についての悩みなど	0854-48-0007	7
	フリースペース	自分のペースにあわせて出かけ、のんびり過ごせる場所です。 お茶の時間、各種ゲーム、企画イベント(不定期)などがあります。 ご本人やご家族の相談や専門機関への紹介も行います。	0854-40-1042 (雲南市長寿障がい福祉課)	13
奥出雲町	【再掲】かたくり (奥出雲町教育支援センター)	不登校や社会的不適応、子どもの発達や家庭生活等について 専門機関と連携を図って相談を実施	0854-52-2672	7
	フリースペース『えん』	安心して立ち寄れる「居場所」 気軽に過ごせる安心感のあるスペースです。自分のやりたいことを家の外でしませんか。	0854-54-0800 (奥出雲町社会福祉協議会)	14
	エンジョイ『えん』	社会参加に不安や抵抗を感じる方を対象に、地域へ出る第一歩として気軽に利用できる居場所です。予約不要・無料・送迎有で、誰でも参加できます。		14
	『つなぐ』	町内連携企業等にて、唐辛子のヘタ取り、掃除、動物のお世話等活動をとおして自分らしさを出せる活動です。		14
	『むすぶ』	特別支援学級や不登校等の生徒に対する福祉教育や地域交流を行います。		15
飯南町	【再掲】めだかの教室 (飯南町教育支援センター)	それぞれの子どもの不安などを減らし物事に向かうことができるようになることを目指します。めだかの教室での経験を積み重ねていく子どもたちに伴走します。 ・学習支援、体験学習、コミュニケーション活動 ・保護者支援(保護者会)	0854-76-3944	8
	みんなの居場所「ぶらっと」	不登校や引きこもりで悩まれている当事者・家族の居場所・相談場所	0854-76-2170	15
	島根県内の子ども食堂			16

子どもの心に関する情報

< こどもの心の診療ネットワーク事業 >

<https://kokoro.ncchd.go.jp/>

一般の方向けのよくある子どもの心のQ&Aや支援者向けのマニュアルやテキストなどが掲載されています。

お役立ちリンク集には、無料の相談窓口一覧や病気の情報が掲載されたページのURLが掲載されています。

< こころもメンテしよう～若者を支えるメンタルヘルスサイト～（厚生労働省）>

<https://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>

若者向けにストレスやこころの病気について、相談先などが掲載されています。

< こころもメンテしよう～ご家族・教職員のみなさんへ～（厚生労働省）>

<https://www.mhlw.go.jp/kokoro/parent/index.html>

こどもにかかわる大人の方向けに、こどものこころの病気のサインや、相談先などが掲載されています。



対応する 機関の情報

- 子どもの心の相談・対応する医療機関情報
- 発達障害者支援センター
- 教育関係
- 行政、福祉機関
- 子どもや若者の居場所

子どもの心の相談・対応する医療機関情報

子どもの心の相談・対応する医療機関については、「医療情報ネット」や「子どもの心の診療機関マップ」で検索ができます。

受診に当たっては、必ず事前に医療機関に診療時間等を電話でご確認をお願いいたします。

● 医療情報ネットについて

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2310/initialize?pref=32>

上記ホームページから、医療機能、地域での医療機関が検索できます。

発達障がい診療する雲南市周辺の医療機関については、

『じっくり探す〈利用者属性〉小児』をクリック⇒『提供できる医療の内容』のタブをクリック ⇒ 『発達障害（自閉症、学習障害等）』をクリックし ⇒ 『場所を選択 市区町村から指定する』をクリックし、雲南市を選択 ⇒ 検索ボタンをクリック

● 子どもの心の診療 機関マップについて

<https://kokoro.ncchd.go.jp/kyotenmap.php>

子どもの心について、診察・相談できる医療機関が公開されています。

都道府県、市町村を選択して検索することができます。

医療機関へのかかり方

子どものこころの病気を専門に診る病院には、精神科、精神神経科、心療内科などがあります。かかりつけ医がいれば、その医師を通じて医療機関へつなぐことが良い場合もあります。

また、保健所では専門医による定期相談を開設していますので、受診の必要性について迷われる場合にはご相談ください。

精神科や心療内科を受診される場合には、受診する前に医療機関へ連絡し、誰がどのような症状でかかりたいのかを伝え、受診が可能か確かめてから受診することをお勧めします。

精神科、精神神経科

「うつ病」「統合失調症」「神経症性障害」などのこころの病気を診ています。発達障害に伴う二次的な精神症状も対象となります。

心療内科

「ストレスなど心理的な要因で体に症状（胃潰瘍、気管支ぜんそくなど）が現れる「心身症」を主な対象としています。軽度のうつ病や神経症にも対応してくれる場合があります。

小児科

子どもの病気全般を診ており、一部の小児科では発達障害や子どもの心身症を専門としているところもあります。中学生以下で、不登校やストレスによる体の不調などで困っているときには

まず相談してみてもよいかもしれません。


発達障害者支援センター

東部発達障害者支援センターウィッシュ


対 象	島根県東部にお住まいの自閉スペクトラム症（ASD）、注意欠如・多動症（ADHD）、限局性学習症（SLD）などの発達障がいと診断されている方や、そのご家族の方。発達障がいにかかわる支援者及び関係者の方々。 ※診断がなくてもご相談をお受けしております。
ホームページ	https://sazanami-g.jp/wish/ 
連絡先	〒693-0011 出雲市大津町 1139 出雲合同庁舎 1F 【TEL】 050-3387-8699 【FAX】 050-3730-9745 《法人本部》 〒699-0822 出雲市神西沖町 2534-2
開設日時	月曜日～金曜日 9:00～17:00 (土日祝日・夏季休暇(8/13～15)・年末年始を除く)
相談場所	島根県東部発達障害者支援センターウィッシュ 【相談室】 出雲相談室：出雲市大津町 1139 出雲合同庁舎 1F 松江相談室：松江市東津田町 1742-3 いきいきプラザ島根 2F 隠岐相談室：隠岐の島町加茂 相談室 YUI：出雲市大津新崎町 1丁目 56-1 フォレストビル 2F 【出張対応】各市町村で対応いたします。
相談方法	電話、来所（要電話予約）、その他（訪問、巡回など）

教育関係


島根大学 こころとそだちの相談センター

対 象	子どもやその保護者 長期的に社会参加することが困難な状態にある青年期の方
ホームページ	https://www.psy.shimane-u.ac.jp/ 
連絡先	〒690-8504 松江市西川津町 1060 島根大学 こころとそだちの相談センター 【TEL】0852-32-1100（受付専用）
相談場所	松江キャンパス内（松江市西川津町 1060） 出雲分室 出雲キャンパス内（出雲市塩冶町 89-1）
相談方法	来所（電話申し込み後、スタッフから折り返し連絡を差し上げ、初回面接の日時を調整）
備 考	有料

島根県教育センター教育相談スタッフ

対 象	幼児から高校生までの子どもと保護者、学校関係者等
ホームページ	https://www.shimane-ec.pref.shimane.lg.jp/ 
連絡先	〒690-0873 松江市内中原町 255-1 【TEL】0852-22-5876（受付専用）
開設日時	< 電話での受付 > 月～金 9:00～17:00 < 来所相談日 > 火～金 9:00～17:00 ※祝日、年末年始は除く
相談場所	島根県教育センター（松江市内中原町 255-1）
相談方法	来所（要電話予約）


雲南市教育支援センター おんせんキャンパス

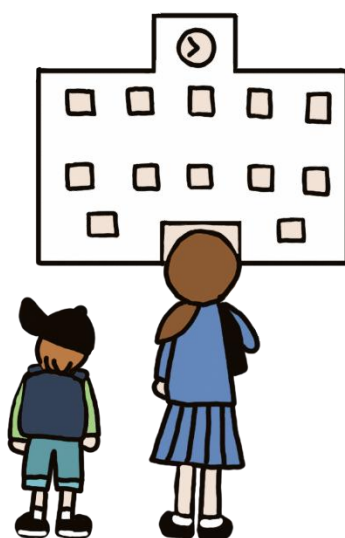
対 象	原則 雲南市在住で学校生活や登校することに困難を抱えている小中高生
ホームページ	http://city-unnan-onsencampus.jp/ 
連絡先	〒699-1342 雲南市木次町平田 506 【TEL】0854-48-0007
開設時間	平日 8:15~17:30
相談場所	雲南市教育支援センター おんせんキャンパス
相談方法	電話または面談（要電話予約）でご相談ください。
備 考	毎月第4土曜日に保護者会と個別面談会を実施しています。

かたくり（奥出雲町教育支援センター）

対 象	<ul style="list-style-type: none"> ・奥出雲町内の小学校及び中学校に在籍している不登校及び不登校傾向にある児童生徒 ・保護者相談も実施
ホームページ	なし
連絡先	奥出雲町教育委員会 教育魅力課 0854 52 2672
開設日時	基本 毎週水曜日（仁多キャンパス） 毎週金曜日（横田キャンパス） ※事情により開設できない場合があります。
場 所	仁多キャンパス：カルチャープラザ仁多（奥出雲町三成 436） 横田キャンパス：横田コミュニティーセンター （奥出雲町横田 1037）
申し込み方法	在籍する小学校・中学校へご相談ください

めだかの教室（飯南町）


対 象	小学生、中学生、高校生
ホームページ	https://www.iinan.jp/soshiki/11/10884.html 
連絡先	〒690-3401 飯石郡飯南町野萱 1826-2 来島保健センター
開設日時	月・木曜日 9:30 ~ 15:30
場 所	来島保健センター（来島診療所・飯南町社会福祉協議会となり）
申し込み方法	在籍する小学校・中学校へご相談ください



行政機関

「すワン」


雲南市こども家庭支援課こども家庭センター

対 象	悩みをもっている子ども、家族、保育園・幼稚園・こども園、学校、地域の方
ホームページ	https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/kosodate/soudan/kosodatesoudan.html 
連絡先	〒699-1392 雲南市木次町里方 521-1 雲南市こども政策局こども家庭支援課こども家庭センター こども家庭相談グループ 【TEL】0854-40-1067
開設日時	月曜日～金曜日 9:00～17:00
相談場所	雲南市こども政策局こども家庭支援課こども家庭センター こども家庭相談グループ (雲南市役所 2 階)
相談方法	電話相談、面接相談、訪問相談 (面接、訪問は要電話予約)



各市町担当課

<子どもの心や体の健康、妊娠・出産・子育てに関する相談>


	機関名	説明	連絡先	ホームページ	
雲南市	「だっこ♪」 雲南市 こども家庭センター	妊娠・出産・子育てに関する相談等	0854-40-1047	https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/kosodate/nins_hinsyussan/dakko.html	
奥出雲町	奥出雲町こども家庭センター（こども家庭支援課内）	妊娠・出産・子育てに関する相談等	0854-54-2504	https://www.town.okuizumo.shimane.jp/kosodate-kyoiku/shussan-kosodate/index.html	
	健康福祉課	こころの健康相談等	0854-54-2781	https://www.town.okuizumo.shimane.jp/kenko-fukushi/index.html	
飯南町	飯南町こども家庭センター	妊娠・出産・子育てに関する相談等	0854-72-1770	https://www.iinan.jp/soshiki/12/4041.html	




<ひきこもり、福祉制度に関する相談>

	機関名	連絡先	ホームページ
雲南市	長寿障がい福祉課	0854-40-1042	https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/ 
	雲南市社会福祉協議会生活支援・相談センター	0854-45-3933	https://unnanshakyo.jp/ 
	雲南市基幹相談支援センター	0854-47-7101	http://himawari-fukushi.jp/publics/index/103/ 
奥出雲町	福祉事務所	0854-54-2541	https://www.town.okuizumo.shimane.jp/ 
	奥出雲町社会福祉協議会	【電話】0854-54-0500 【有線】31-0800 【mail】syakyo-k@okuizumo.ne.jp	https://okuizumo-syakyo.com/ 
	奥出雲町基幹相談支援センター	0854-54-2351	
飯南町	保健福祉センター	0854-72-1770	https://www.iinan.jp/soshiki/12/3617.html 
	飯南町基幹相談支援センター	0854-72-9374	

島根県出雲児童相談所

対 象	18歳未満の子どもとその保護者、関係者	
ホームページ	https://www.pref.shimane.lg.jp/izumojiso/	
連絡先	〒693-0051 出雲市小山町 70 【TEL】0853-21-0007	
開設日時	月曜日～金曜日 8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）	
相談場所	出雲児童相談所	
相談方法	電話、来所（電話予約をお願いします）	
備 考	<ul style="list-style-type: none"> 相談のほか、学校や地域との調整を図ったり、心理面接を行う場合もあります。 相談の結果、必要に応じて子どもさんを一時保護所でお預かりしたり、児童福祉施設への入所や里親委託を行います。 	

島根県雲南保健所


対 象	思春期・青年期の方、家族、関係者 等	
ホームページ	https://www.pref.shimane.lg.jp/medical/kenko/kikan/unnan_hoken/kenkou/hitoridena_yamanaide.html	
連絡先	〒699-1396 雲南市木次町里方 531-1 【TEL】0854-42-9642	
開設日時	<p>【医師による相談】 ※日程等はお問い合わせください。</p> <p>【保健師による相談】 随時受け付けています。</p>	
相談場所	島根県雲南保健所	
相談方法	来所、電話、訪問など ※思春期・青年期こころの相談、子どもの心の健康相談は要予約	
備考	<ul style="list-style-type: none"> 保健所での相談は相談であり、診断ではありません。診断が必要な場合は医療機関を受診してください。 	

子どもや若者の居場所


フリースペース（雲南市）

対 象	ご家庭で長期間過ごしておられる方で、就職しておられない方の居場所です。
ホームページ	なし
連絡先	〒699-1392 雲南市木次町里方 521-1 雲南市健康福祉部長寿障がい福祉課 【TEL】0854-40-1042
開設日時	原則第1 木曜日 14:00～16:00
場 所	三刀屋健康福祉センター 多機能集会室 (雲南市三刀屋町三刀屋 1212-3)
申し込み方法	不要


フリースペース『えん』（奥出雲町）

対 象	不登校、ひきこもり状態にある方
ホームページ	https://okuizumo-syakyo.com/ 
連絡先	〒699-1511 仁多郡奥出雲町三成 260-1 社会福祉法人 奥出雲町社会福祉協議会 【TEL】0854-54-0800 【メール】syakyo@okuizumo.ne.jp
開設日時	平日 9:00～17:00
場 所	社協 仁多事務所 3階和室
申し込み方法	電話またはメール


エンジョイ『えん』（奥出雲町）

対 象	不登校、ひきこもり状態にある方	
ホームページ	https://okuizumo-syakyo.com/	
連絡先	〒699-1511 仁多郡奥出雲町三成 260-1 社会福祉法人 奥出雲町社会福祉協議会 【TEL】0854-54-0800 【メール】syakyo@okuizumo.ne.jp	
開設日時	毎月第4月曜日 13:30~15:00	
場 所	社協 仁多事務所他	
申し込み方法	電話またはメール ※当日参加も可能	


企業と社協の連携事業「つなぐ」（奥出雲町）

対 象	不登校、ひきこもり状態にある方	
ホームページ	https://okuizumo-syakyo.com/	
連絡先	〒699-1511 仁多郡奥出雲町三成 260-1 社会福祉法人 奥出雲町社会福祉協議会 【TEL】0854-54-0800	
開設日時	水曜日 9:00~11:30 木曜日 9:00~11:30 (年末年始、8/13~8/15、祝日を除く)	
場 所	町内連携企業等	
申し込み方法	連絡先にお電話ください。	

学校と社協の連携事業『むすぶ』（奥出雲町）

対 象	特別支援学級の生徒 不登校の状況にある者 通常学級以外の教室等に登校する者
ホームページ	https://okuizumo-syakyo.com/ 
連絡先	〒699-1511 仁多郡奥出雲町三成 260-1 社会福祉法人 奥出雲町社会福祉協議会 【TEL】0854-54-0800 【メール】syakyo@okuizumo.ne.jp
開設日時	随時（仁多中・横田中の授業に併せ実施）
場 所	町内
申し込み方法	電話またはメール

みんなの居場所「ぷらっと」（飯南町）

対 象	不登校や引きこもりで悩んでいる当事者およびその家族
ホームページ	https://www.iinanshakyo.com/ 
連絡先	〒690-3401 飯石郡飯南町野営 1826-2 飯南町社会福祉協議会 地域福祉課 【TEL】0854-76-2170
開設日時	（金）9:00～17:00 （月）（水）（土）※完全予約制
場 所	来島保健センター （※飯南町社協、来島診療所敷地内）
相談方法	来所、または訪問。できるだけご希望に応じます。（要電話予約）

島根県内の子ども食堂

近年、全国的にも増加している「子ども食堂」。

「子ども食堂」とは、無料または安価で栄養のある食事がとれる場所のことですが、ただ単に食事ができるだけでなく、共食の機会を提供しているため、子どもたちをはじめ、地域住民の居場所にもなっています。

島根県内で子ども食堂を運営する団体が相互に情報交換を行うことを目的として「しまね子ども食堂ネットワーク」が設置されており、参加団体の紹介がされています。

<しまね子ども食堂 ホームページ>

<https://www.shimane-kodomo.jp/>

