

福山市内で活動されている  
自助グループ



2025（令和7）年度版

発行：福山市障がい者総合支援協議会（地域生活支援部会）



# はじめに



福山市障がい者総合支援協議会は、地域の現状把握・共有、必要な情報の発信、ネットワークづくり、地域の社会資源の開発・改善などを目的としています。

その中に地域生活支援部会がありますが、障がい種別等に関係なく、行政・医療・福祉・地域など幅広い分野のメンバー（委員）が集まり、「地域で暮らす」ことに支援の必要な人をサポートできる仕組みづくりに向けて検討を重ねております。

誰しもに言えることだと思いますが、生活は「住まいの場」があればそれだけですむというものではありません。さまざまな地域資源を活用したり、人や地域とのつながりの中で暮らしています。

部会では、「地域で暮らす」ことに支援の必要な人をサポートできる仕組みづくりの一つとして、この冊子を作成しました。この冊子は、「市内で活動されている自助グループ」の情報を集めたもので、このたび新しい情報に更新いたしました。

この冊子を、自助グループの活動を知る入口を探しておられる方に活用していただければ幸いです。

最後になりますが、この冊子の作成にあたり、掲載を了承して下さった皆様に厚くお礼を申し上げます。

2026(令和8)年3月

福山市障がい者総合支援協議会：地域生活支援部会

## 自助グループとは

自助グループとは、生きていく上でなんらかの困難や問題、悩みを抱えた人が同じような問題を抱えた人や家族らと自発的なつながりで結びついた集まりのことです。とはいえ、自助グループの明確な定義はありません。自助グループと判断できるかどうか人も人によって異なるかもしれません。このたびの冊子作成にあたって、地域生活支援部会では、自助グループを以下のように整理させていただきました。

- 生きて行く上での困難や問題・悩みを扱っている。
- 当事者同士のミーティング活動（当事者研究・雑談など）を行っている。
- 参加者の多くが当事者あるいは経験者である。
- 当事者あるいは経験者が主体となって運営している。
- 運営している病院・事業所（施設）に通っている人だけではなく、幅広い人が参加できる。
- 参加費用が無料あるいは少額で営利目的ではない。
- 活動が政治的・宗教的ではない。

# 掲載グループ一覧



グループ名	対象者										ページ 番号
	身体	知的	精神	発達	難病	障がい児	その他	当事者	家族	その他	
AAローズグループ			○					○			5
「家族と教育を考える会」主催 サマリヤルーム			○				○ 人間関係	○	○		6
GA福山グループ			○					○	○		7
高次脳機能障害自助グループ ふらっと			○					○	○	○ 医療・福祉 関係者	8
こころをよせる精神福祉ボランティア 「そよかぜ」			○					○	○	○	9
子どもを亡くした親の会 天使の会								○	○		10
特定非営利活動法人神辺育成会 【さくらの会】		○	○	○		○		○	○	○ 支援者	11
特定非営利活動法人神辺育成会 【サポートファイル記入会】		○	○	○		○			○	○ 支援者	12
失語症の人の集まり「備後の会」							○ 失語症	○		○ 支援者	13
摂食障害 家族の会							○ 摂食障害		○		14
摂食障害 当事者の会 ふくやまNABA(ナバ)			○				○ 摂食障害	○			15
のぼらの会 【大人の発達障がい者の家族の会】				○					○		16
発達障がいのある女性の居場所 なないろサタデー				○			○ 未診断の方	○			17
備後断酒友の会			○					○	○		18
福山市精神保健福祉家族会 【バラ会】			○					○	○	○ 支援者	19
福山市断酒会			○					○	○	○ アルコールで お困りの方	20
NPO法人福山みずほ断酒会			○					○	○		21
福山ローズアラノン家族グループ							○ アルコール 依存症		○		22
福山地区認知症の人と家族の会*								○	○		23
福山地区認知症の人と家族の会 「定例会」(みんなの集い)*								○	○		24
陽溜まりの会東部 「若年性認知症の人と家族の会」*								○	○		25
男性介護者の集い*									○		26

# 掲載グループ一覧



グループ名	対象者										ページ 番号
	身体	知的	精神	発達	難病	障がい児	その他	当事者	家族	その他	
特定非営利活動法人福山手をつなぐ育成会【仲良し会】*	○	○	○	○				○	○	○ 支援者	27
特定非営利活動法人福山手をつなぐ育成会【ふくいカフェ】*	○	○	○	○		○			○	○ 支援者	28

(50音順) \*一部順不同



グループ名	AAローズグループ			
連絡先	住所	〒730-0051 広島市中区大手町3丁目6-13ダイアパレス大手町603		
	TEL	082-246-8608 (AA中四国セントラルオフィス)	FAX	082-249-1081
	Mail	aa-csco@go7.enjoy.ne.jp		担当
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数		会費	

活動日時	第2、4週火曜日 19:00～
活動場所	カトリック福山教会(福山市昭和町7-26)
活動内容	アルコール依存症からの回復を目的とした体験の分かち合い
特色・紹介	「AA(アルコホーリクス・アノニマス)は経験と力と希望を分かち合って共通の問題を解決し、他の人々もアルコホリズムから回復するように手助けしたいという男女の集まりである。AAのメンバーになるために要求されることは、酒をやめたい・・・という願望だけである。」アルコール問題で悩んでおられる方は一度AAのミーティング会場においでください。 同時に「AA中四国地域情報」( <a href="http://aa-csco.exp.jp/">http://aa-csco.exp.jp/</a> )ホームページをご覧ください。
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	「家族と教育を考える会」主催 サマリヤルーム			
連絡先	住所	〒720-1131 福山市駅家町万能倉1256-1 NSビル1階6号		
	TEL	084-976-7853 090-2865-0964	FAX	084-976-7853
	Mail	yokoro@kazoku-to-kyouiku.com	担当	横路 忠
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他(人間関係)			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	正会員:23人 賛助会員:28人	会費	正会員:6,000円/年 賛助会員:3,000円/年

活動日時	第4日曜日13:30~15:30 (要確認)
活動場所	家族と教育を考える会事務所
活動内容	<p>・自助グループ活動</p> <p>親子関係を始めとした人間関係で傷付いている人が、日曜日の午後に集まって、普段の生活の中では言えない気持ちや経験を語ったり、同じような経験をした仲間のお話を聞いたりします。</p> <p>そうすることで、共感したり、苦しんでいるのは自分だけではなく仲間がいると知って安心できたりします。そして、ありのままの自分と他者を受け入れる力を付けていきます。</p>
特色・紹介	<p>子供時代に親から虐待を受けた、あるいは両親の喧嘩が絶えず、親がいつ怒り出すか分からない、言うことがコロコロ変わるなどの理由で、親にとっても気を遣い、いつも顔をうかがっていた、そのような機能不全な家庭環境で育った結果、成長してからも人に気を遣い過ぎたり、人が恐ろしかったりして、人間関係に悩んでいる人たちが集まって語り合う場です。</p> <p>安全な場を確保するために、以下の3つのルールに従って話します。</p> <p>①言いつ放し・聞きつ放し=誰かが話している時は、他の参加者は黙って聴く。 ②秘密厳守=自助グループの中で聞いたことは、他の場所では話さない。 ③匿名性=本名ではなくミーティングネームで呼び合います。</p>
その他	<p>会員以外の方でも参加できます。</p> <p>また、集まりに参加できない人もおられますので、皆様からのお便りやエッセイを載せたり、専門家の意見を載せたりする会報「パル」を年に4回発行しています。</p> <p>場所は、駅家町万能倉にある事務所内の一室です。 JR福塩線「駅家駅」から徒歩10分ほどです。 駐車場もあります。</p>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	GA福山グループ			
連絡先	住所			
	TEL		FAX	
	Mail	gafukuyama2025@gmail.com		担当
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数		会費	

活動日時	毎週日曜日 14:00～15:30
活動場所	福山すこやかセンター
活動内容	ギャンブル依存症から回復するための自助グループです。 毎回ミーティングを行っています。
特色・紹介	ギャンブル依存症から回復するための世界的な自助グループで、国内には約200グループあります。 ギャンブルを止めたいという願いがあれば参加出来ます。 ご本人以外の、家族及び関係者の方も参加出来ます。 ミーティングは言いつばなしの聞きつばなしです。
その他	本名を名乗る必要はありません。 予約は不要です。直接お越しくだされば結構です。 会費も不要ですが、会場代等は皆の自発的な献金で賄っています。

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	ふらっと ～ふらっと立ち寄り誰もがふらっとに繋がれる居場所～			
連絡先	住所	福山市新市町大字新市56番地ローカルコモンズしんいちガーデンテラス		
	TEL	0847-54-2220	FAX	
	Mail	zaitaku@teraoka-hosp.jp		担当 巴、佐藤
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他(医療・福祉関係者 )			※複数記入可
会員数など			会費	

活動日時	毎月第一土曜日 14:00～15:00 ※内容により時間変更あり		
活動場所	福山市新市町大字新市56番地ローカルコモンズしんいちガーデンテラス		
活動内容	季節に合わせたイベント、料理、地域イベントへの出店、		
特色・紹介	<p>高次脳機能障がい者の社会参加・社会復帰、気軽に交流できる居場所作りをサポートするため、当事者とそのご家族、専門職スタッフが共同作業をして、様々な活動を行うことを目的としています。</p> <p>退院したけどうまくいかない、気持ちやストレスを吐き出す場所がない、困りごとを相談できる場所がない、外に出る機会が減ったなど、様々な悩みを抱えていらっしゃると思います。一人で悩まずみんなとふらっとに繋がれる場所です。</p> <p>気軽にご参加してみてください。</p>		
その他	<p>グループ名は、みんな“ふらっと”に参加でき、“ふらっと”立ち寄れる居場所という意味があります。</p>		





※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	こころをよせる精神福祉ボランティア「そよかぜ」			
連絡先	住所			
	TEL	084-951-7991	FAX	
	Mail			担当 黒木 知寿子
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	14人	会費	年間会費 1,000円

活動日時	「そよかぜサロン」毎月第3金曜日 14:00～15:30 (※8月はお休みです)
活動場所	すこやかセンター2F ボランティア活動センター
活動内容	<p>お茶を飲みながら、色んな話しをする。 時々、季節に応じた折り紙や手づくりの小物を作成。 楽しく時間を過ごします。当事者の方の悩みや不安を聞きながら、ボランティアの人たちも寄り添っていけるような活動を行っています。</p>
特色・紹介	<p>精神疾患をもたれた方やその家族、関心を持っているボランティアと一緒に会話をしながら、心を和ませています。</p>
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	子どもを亡くした親の会 天使の会 (tenisnokai)			
連絡先	住所			
	TEL	090-1330-3855	FAX	
	Mail	<a href="mailto:tensi.fukuyama@gmail.com">tensi.fukuyama@gmail.com</a>		担当 ことばたけ
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数		会費	無料(実費はいただきます。)

活動日時	毎月第3木曜日 10:30~12:00 (延期や中止になる場合があります。)
活動場所	毎月第3木曜日 HARUKURU / 随時受付日程調整 福山市水呑交流館 Zoom
活動内容	<p>第3木曜日 『きらかに話す日』 HARUKURU おしゃべりしたり、キャンドル作りや裁縫をしたりして、少人数でたのしんでいます。直前キャンセルや遅刻もできる、ゆるゆるの日です。不定期でも集まっています。</p> <p>随時受付日程調整 『静かに話す日』 福山市水呑交流館 きれいな落ち着いた雰囲気交流館で、ゆっくりお話をお聞きしています。誰にも言えないような気持ちを話せるように、個別または少人数で行っています。</p> <p>随時受付日程調整 『オンラインで話す日』 Zoom 日程調整して行っています。遠方の方、外出が難しい方と、スマホやパソコンでお話しています。</p>
特色・紹介	<p>お腹の赤ちゃんや小さなお子さまを見送られた方と話したり集まったりしています。流産・死産・中絶・新生児死・乳幼児突然死症候群・小児がん・病気・障がい・事故など年齢の上限は決めていません。ピンク&amp;ブルーリボン活動に賛同しています。</p> <p>アドバイスはできません。「のんびりなおしゃべり」を大事にしています。スタッフは「日本助産師会不妊症・不育症ピアサポーター養成研修」を受講しています。</p> <p>安心な会にしていきたいです。ほっとできる、たのしい場所でもあると話してくれる人がいます。信仰や思想は個人の自由です。会の中での布教活動・勧誘活動はお断りしています。</p>
その他	<p>HP <a href="https://tensi-fukuyama.jimdosite.com">https://tensi-fukuyama.jimdosite.com</a> Instagram @tensinokai</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>水呑交流館</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ハルクル</p> </div> </div>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	特定非営利活動法人神辺育成会【さくらの会】			
連絡先	住所	福山市神辺町新徳田二丁目162番地		
	TEL	084-960-3722	FAX	084-960-3723
	Mail	kannabe-ikuseikai@cyber.ocn.ne.jp	担当	渡辺
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input checked="" type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input checked="" type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他( 支援者 ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	80名	会費	3,000円(育成会会費)

活動日時	月に2~3回(日曜日中心)
活動場所	神辺育成会、福山市かなべ市民交流センター、神辺中学校
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人部会</li> <li>・花見</li> <li>・ふれあい祭り</li> <li>・ボウリング大会</li> <li>・新年会</li> </ul>
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人を中心に活動している</li> <li>・本人部会において自分たちで話し合って活動を計画し実行している</li> <li>・スポーツを練習して、東部地区のスポーツ大会や球技大会に出場する</li> <li>・ふれあい祭りは、神辺中学校の体育館を借りてミニ運動会を開催している</li> <li>・ボウリング大会(年1回)</li> <li>・新年会は食事をとりながら一人ひとり抱負を語っている</li> </ul>
その他	


※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	特定非営利活動法人神辺育成会【サポートファイル記入会】			
連絡先	住所	福山市神辺町新徳田二丁目162番地		
	TEL	084-960-3722	FAX	084-960-3723
	Mail	kannabe-ikuseikai@cyber.ocn.ne.jp	担当	渡辺
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input checked="" type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input checked="" type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他( 支援者 ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	22名	会費	3,000円(育成会会費)

活動日時	毎月 第4木曜日 10:00~12:00
活動場所	神辺育成会総合事務所 (福山市神辺町新徳田二丁目161番地1)
活動内容	<p>サポートファイルを各自持ち寄り、記入します。          ※サポートファイルとは・・・          障がいのある人や支援の必要なひとが、生涯にわたり安心して安全な生活を送ること、教育をはじめとした一貫性のある支援を受けられることを願って、平成20年度の事業として広島県が作成、福山市が発行しました。ファイルには、生育暦・ケアの仕方・特性等を、乳幼児期から成人期に至るまで継続して整理し、ご本人のことをよく知ってもらうために活用します。原則保護者が記入し保管するもので、一生使える母子手帳のようなものです。形式は、A4サイズで一枚ずつクリアポケットに差し込んで綴じるようになっています。</p>
特色・紹介	<p>記入の仕方がわからないときは、わかりやすく教えてくれる人がいるので聞くことができます。          お茶を飲みながらいろいろなお話もします。          育成会が開催する研修会や講演会等、情報がもらえます。          会員外の人でも気軽に参加できます。</p>
その他	サポートファイルを持っていない人も育成会に来たらもらえます。

※日程・会場は、変更する場合があります。  
 参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	失語症の人の集まり「備後の会」			
連絡先	住所			
	TEL	080-3895-7678	FAX	
	Mail	<a href="mailto:ippansyadanho.hiroshimakeng@brown.plala.or.jp">ippansyadanho.hiroshimakeng@brown.plala.or.jp</a>		担当 沖田
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他(失語症 )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他(失語症者向け意思疎通支援者 )※複数記入可			
会員数など	会員数	10名	会費	無

活動日時	毎月第1土曜、もしくは日曜日 10時～11時30分
活動場所	まなびの館ローズコム
活動内容	失語症の人は、他者とのコミュニケーションが難しいため、人との交流を避け、閉じこもりがちになります。そこで、失語症者向け意思疎通支援者が間に入り、失語症の人のコミュニケーションの支援を行い、失語症の人同士の交流を図ります。普段難しい雑談を行っています。
特色・紹介	<p>失語症の人は、話すことや理解をすることに難しいことがあります。そこで、養成研修を修了した失語症者向け意思疎通支援者が会話の支援を行います。2～3人の小グループを作り、それぞれの失語症の人に合わせた話題で会話をしています。また、言語聴覚士も参加します。失語症の人は男性と女性がほぼ同数、年齢は50代～70代の人で構成されています。</p>  <p>(了解を得て掲載しています)</p>
その他	


※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	摂食障害 家族の会			
連絡先	住所			
	TEL	090-7893-9747	FAX	
	Mail	fukuyamanaba2004@gmail.com		担当 井原
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他(摂食障害)			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	会員制ではないので随意参加できます	会費	参加費500円

活動日時	毎月第4日曜日 13:00~15:00
活動場所	福山市市民参画センター
活動内容	・摂食障害者を抱えて悩んでいる家族が、月に一回集まって日頃の悩みを話し合う場です。
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・摂食障害の症状をもつ本人の状況は様々ですが、それぞれの家族の体験や経過などを聴いたり話したりできます。</li> <li>・摂食障害の経験者、回復した方の話を聴くことができます。</li> <li>・摂食障害についての情報を共有できます。</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「ふくやまNABA」のブログで開催の日時・場所の案内をしていますので、是非ご覧下さい。</li> <li>・ここで話したこと話されたことについては全て守秘義務でお願いします。これは参加者が安心してお話いただくための大切なことです。</li> </ul>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	摂食障害 当事者の会 ふくやまNABA (ナバ)			
連絡先	住所			
	TEL	080-5236-1178	FAX	
	Mail	fukuyamanaba2004@gmail.com		担当 鳥取
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他( 摂食障害 )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( )			※複数記入可
会員数など	会員数	会員制ではないので任意参加できます	会費	参加費300円

活動日時	毎月第2土曜日 13:00~15:00 ・ 第4日曜日10:00~12:00	
活動場所	福山市市民参画センター 2階まちサポ相談室	
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・摂食障害の症状がある方、または過去に経験のある方の当事者のグループです。</li> <li>・ミーティング：同じ症状をもつ仲間の皆さんと、自分の気持ちを話したり聞いたりします。(実名を言う必要はありません。「言いつばなし・聴きつばなし」で、話したくないときはパスされてかまいません。)</li> <li>・フリートーク</li> </ul>	
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者の体験や今の状況などを話したり聴いたりできる。</li> <li>・少人数なので話しやすい。</li> <li>・同じ症状の人に会ったり、話をすることがないので、ここでは同じ悩みや・心配・問題を話すことができる。</li> <li>・症状がなくなったり、回復した方の話を聴くことができる。</li> <li>・開催時間内は出入りは自由。</li> <li>・福山市で2004年から開催し、これまで多くの方が参加されています。</li> </ul>	
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「ふくやまNABA」のブログで開催の日時・場所の案内をしていますので、是非ご覧下さい。</li> <li>・ここで話したこと話されたことについては全て守秘義務でお願いします。これは参加者が安心してお話いただくための大切なことです。</li> </ul>	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2025年6月17日現在

グループ名	のぼらの会【大人の発達障がい者の家族の会】			
連絡先	住所			
	TEL	080-6303-8423	FAX	
	Mail	za75238@fb4.so-net.ne.jp		担当 高橋
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	約80人	会費	500円/年

活動日時	昼の部 第4月曜日(13:30~16:00) 夜の部 第4金曜日(19:00~21:00)
活動場所	主として、本庄コミュニティーセンター (会場は変更することが有るので、初めての方は連絡をしてからおいでください。)
活動内容	勉強会(新しい情報, 福祉, その他) 話し合い(悩み事, アドバイス など) 年によって イベント(可能なら当事者も参加可)
特色・紹介	「のぼらの会」は「大人になって分かった発達障がい者」の「家族の会」です。 子供の発達障がい者とは違う悩みや困りごとにどう対応しているのか、お互いに情報交換して支え合う為の自助グループです。
その他	「大人の発達障がい者」の「家族の会」ですから、参加者の年齢も高く、最近では親亡き後の当事者の生活を心配する話題も多くなりました。


※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	発達障がいのある女性の居場所 なないろサタデー		
連絡先	住所	福山市丸之内1-3-9	
	TEL	090-8609-1121	FAX
	Mail	nnaairo0@gmail.com	
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他（診断を受けていないがグレーの方）		
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他（ ）		※複数記入可
会員数など	会員数	12人	会費 無料

活動日時	第1土曜日 電話相談9時～12時 第2・3・4土曜日 対面開催10時30分～12時
活動場所	福山市丸之内1-3-9（就労継続支援B型事業所 なないろ2階）
活動内容	第1土曜日 電話相談 日頃の悩みや困っていることを専門家が相談に乗ります 第2・3・4土曜日 対面開催 2名～5名が参加しています  活動日程はこちら → <a href="https://ameblo.jp/maikka-nanairo">https://ameblo.jp/maikka-nanairo</a>
特色・紹介	<p>発達障がいのある女性(診断を受けていないグレーの方含む)だけが集まっている当事者会です。原因はわからないけれど不安や焦り・イライラを感じる、家事や整理整頓がうまくできない、不注意によるミスが多い、仕事が長続きしない、人間関係に疲れるなどの悩みを抱える20代～50代の女性が参加されています。ただ一つのルール『話したくないことは話さなくて大丈夫。聞くだけでもOK』を設けています。安心して安全な場所で困っていることや悩みを話したり、聞いたりしていると不思議と“自分だけじゃないんだ”“わかる！わかる！”と孤独感が癒され、安心感が生まれます。日常生活の中でもここならばありのままの自分でいられる、そのような居場所を目指しています。</p> <p>また、ファシリテーターとして、特別支援教育士、精神保健福祉士、公認心理師の資格を持った専門家(女性)が常駐しています。主に、話を整理したり、促したりする役目をし、必要であればアドバイス等を行います。</p>
その他	 

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	備後断酒友の会			
連絡先	住所	〒720-1147 福山市駅家町向永谷304-1 医療法人社団緑誠会 精神保健センターえきや 内 地域生活支援センターひだまり(備後断酒友の会事務局)		
	TEL	084-977-1200	FAX	084-977-1201
	Mail		担当	ひだまり職員
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	8名	会費	月500円

活動日時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・金曜例会：毎週金曜日(ただし、第2日曜日の前の金曜日は休み) 13:30~14:30</li> <li>・日曜例会：第2日曜日 13:30~15:00</li> </ul> <p>※開催予定日は今年度の例会案内チラシ(HP掲載)をご参照ください。 ※事情により中止や変更になる場合がありますので、事務局へお問い合わせください。</p>
活動場所	地域生活支援センターひだまり
活動内容	例会でアルコールの問題に関する体験談を語り合っています。 健康・生活・社会等、様々な側面から断酒生活を見つめ、一人一人が自分に合った克服の方法を仲間とともに探ってゆきます。
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入院中の方、ご家族のみで参加される方もおられます。</li> <li>・精神保健福祉士等、緑誠会職員が参加します。</li> <li>・月刊誌を発行し、市内外の断酒会・行政・医療機関にお送りしています。</li> <li>・「公益社団法人 全日本断酒連盟」「広島県断酒会連合会」に加入しており、大会や研修に参加しています。</li> <li>・地域のイベントや相談会に参加し、地域住民に対する啓発活動を行っています。</li> </ul>
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	福山市精神保健福祉家族会【バラ会】			
連絡先	住所	福山市三吉町南一丁目13番26号 地域活動支援センター とまり木 内		
	TEL	070-9143-5903	FAX	
	Mail		担当	田和
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他( 支援者 ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	約40名	会費	正会員:3000円/年(要相談)

活動日時	毎月第4土曜日 13:30~15:30
活動場所	福山すこやかセンター3階 団体活動室・マンパワー視聴覚室
活動内容	<p>毎月第4土曜日の定例会では、家族相談や交流学習会などを行っています。</p> <p>家族相談では、参加者がお互いに悩み事を相談したり、同じ経験をしている人からアドバイスをもらったりして、家族として気を付けたいことや気持ちの持ち方などについて考え、まず家族が元気になるような話し合いをしています。</p> <p>交流学習会では、相談者の必要に応じて病気や服薬、社会保障制度など当事者のために家族が知っておくと役立つことを学び合っています。</p>
特色・紹介	<p>バラ会は、精神疾患を抱えた方の家族や支援者によって1950年に結成された家族会で、「つながり、ひろがり、地域で生きる」ということをテーマに今まで活動を続けてきました。</p> <p>また、全国精神保健福祉家族会「みんなねっと」・広島県保健福祉家族会連合会「広家連」にも属し、精神保健福祉に関わる今日的課題や最新情報について幅広く学ぶことができます。</p> <p>バラ会は、「親亡き後」も当事者が安心して生きていける社会を築くため、関係団体と協力しながら福祉制度の充実に向けて行動する家族会です。</p> <p>一人の力は小さいですが、私たち家族がつながり合えば大きな力になると信じ活動しています。</p>
その他	<p>毎月第4土曜日の定例会の他に、第2土曜日13:00~15:00に必要なに応じて役員会を設けています。</p> <p>役員会は「とまり木」内の事務所です。こちらに参加したいというご希望があれば遠慮なくご連絡ください。</p> <p>家族の方だけでなく、当事者・支援者の方大歓迎です。</p>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。


グループ名	福山市断酒会			
連絡先	住所	福山市神辺町湯野1998-2番地		
	TEL	090-7124-1401	FAX	
	Mail		担当	安原
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他(アルコールでお困りの方) ※複数記入可			
会員数など	会員数	2~3名	会費	1,000円/月

活動日時	毎週火曜日 19:00~21:00
活動場所	福山市市民参画センター
活動内容	酒害に悩む人たちに断酒を勧め、自発的決意による断酒を実行する者(本人)と家族を支援し、断酒によって明るい人生の建設を目指すとともに酒害に関する啓発運動を行う。
特色・紹介	毎週火曜日に福山市市民参画センター内で19:00より断酒例会を行っている。
その他	入会を希望される方は、本人・家族とも入会を受付ます。

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2025年6月18日現在

グループ名	NPO法人福山みずほ断酒会			
連絡先	住所	福山市西深津町6丁目6-25		
	TEL	090-2865-3960 084-922-6668	FAX	
	Mail		担当	奥浜
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	25名	会費	本人 1,500円/月 家族他 700円/月

活動日時	毎週金曜日19:00～21:00 第2土曜日19:00～21:00
活動場所	福山市市民参画センター
活動内容	アルコールの危険性を広く訴え、アルコールに関わる肉体的・精神的な諸疾患、暴言・暴力等の嗜癖を、アルコールを断つ事により回復・修正を目指し、行政・医療機関と共に当事者・家族を救済する為の誰でも参加できる集会です。
特色・紹介	<p>通年例会は、当事者・家族の体験発表を通じ、断酒のヒント、家族の心構えを見い出します。</p> <p>アットホームな雰囲気ですが、真剣に酒の害からの回復について話します。</p>
その他	<p>毎月第2土曜日は、ソーシャルワーカー、福井県立大学名誉教授真野先生を招いて相談会を行います。</p> <p>福山みずほ断酒会ホームページ→ <a href="https://mizuho-danshukai.com">https://mizuho-danshukai.com</a></p> 

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2026年1月29日現在

グループ名	福山ローズアラノン家族グループ			
連絡先	住所	〒240-0004 神奈川県横浜市保土ヶ谷区岩間町1-6-8プレアデス205号		
	TEL	045-642-8777	FAX	045-642-8778
	Mail		担当	
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input checked="" type="checkbox"/> その他(アルコール依存症)			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他(支援者)			※複数記入可
会員数など	会員数		会費	なし

活動日時	毎月 木曜日 10:30~11:30
活動場所	福山市生涯学習プラザ (まなびの館ローズコム)4階会議室
活動内容	アルコール依存の問題を持つ人の家族と親しい友人がお互いの共通の問題を解決していくためのミーティングを行います。
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人のプライバシーを厳守します。誰と会ったか、何が話されたかは家族にも口外致しません。</li> <li>・自分たちの自由な献金で自立しています。</li> <li>・宗教団体や政党、またその他のどんな組織とも関係はありません。</li> </ul>
その他	日本アラノン家族グループ本部(アラノン・ジャパンGSO)は、1999年にNPO(特定非営利活動)法人の認可を受けています。

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	福山地区認知症の人と家族の会			
連絡先	住所	福山市三吉町南2-11-22 福山すこやかセンター		
	TEL	080-1928-6837	FAX	084-966-2115
	Mail		担当	服部
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	76人	会費	2,000円/年

活動日時	
活動場所	福山すこやかセンター
活動内容	<p>この会は、認知症の人への理解を深めることを通して、認知症の人と家族への援助や、福祉の向上を図ることを目的としています。 介護者の思いをわかりあい、励まし合い、助け合っていくことを主として活動しています。</p>
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定例会－毎月第4水曜日 13:30～15:30 家族同士が認知症介護の情報交換を行い、悩みを共有する場です。</li> <li>・陽溜まりの会東部－毎月第1土曜日 11:00～15:00</li> <li>・男性介護者の集い－毎月第2土曜日 13:00～15:00</li> <li>・家族の会カフェ「すまいる」－毎月第1木曜日 13:30～15:30</li> </ul>
その他	<p>この会は、現在又は過去に認知症の人を介護している(いた)家族・保健・医療・福祉に携わる人、その他、会の趣旨に賛同して下さる人など、どなたでも入会できます。</p>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2026年1月28日現在

グループ名	福山地区認知症の人と家族の会「定例会」(みんなの集い)			
連絡先	住所	福山市三吉町南2-11-22 福山すこやかセンター		
	TEL	080-1928-6837	FAX	084-966-2115
	Mail		担当	服部
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	76人	会費	年会費 2,000円

活動日時	毎月第4水曜日 13:30~15:30
活動場所	福山すこやかセンター3階 マンパワー研修室
活動内容	<p>認知症の理解を深め、介護の情報交換や悩みを共有できる場です。          認知症は治ることは難しいですが、多くの仲間がいます。          介護相談が中心ですが時々、市役所、消防署、警察署の方々にも来て頂いて、介護保険のことや身の周りの生活の安全にかかわる話をさせていただいています。</p>
特色・紹介	<p>参加者は、現在又は過去に認知症の人を介護している(いた)家族、保険・医療・福祉に携わる人、その他、会の趣旨に賛同して下さる人など、どなたでも参加(入会)できます。</p>
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
 参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2026年1月28日現在

グループ名	陽溜まりの会東部「若年性認知症の人と家族の会」			
連絡先	住所	福山市三吉町南2-11-22 福山すこやかセンター		
	TEL	080-1928-6837	FAX	084-966-2115
	Mail		担当	服部
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	20人	会費	本部年会費 5,000円

活動日時	第1土曜日 13:00～15:30
活動場所	福山すこやかセンター
活動内容	<p>本人家族の一ヶ月間の様子を話します。          午後からは介護者と本人に別れます。          本人さん達とサポーターは色々なゲームを楽しんだり、歌を歌ったり          卓球の出来る人は身体を動かします。          季節によっては外出、外食も楽しんで行っています。</p>
特色・紹介	<p>若年性認知症の理解を深め、本人や介護家族同士が情報交換          や悩みを共有出来る場所です。          介護を良くして行く場所です。</p>
その他	<p>若年性認知症で悩んでおられる方、どうぞ1回参加して下さい。          家の中で悩まず、一歩外へお待ちしています。</p>

※日程・会場は、変更する場合があります。  
 参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	男性介護者の集い			
連絡先	住所	福山市三吉町南2-11-22 福山すこやかセンター		
	TEL	080-1928-6837	FAX	
	Mail		担当	服部
対象者	<input type="checkbox"/> 身体 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> その他( ) ※複数記入可			
会員数など	会員数		会費	

活動日時	第2土曜日 13:00～15:00
活動場所	福山すこやかセンター 1階 小会議室
活動内容	認知症の人を抱える男性介護者が同じ悩みを本音で語り合い、また既に体験してきた人達との話し合い、意見の交換など、介護について理解し合い、またお互い助け合うことで孤立防止、ストレスを発散し、少しでも楽しく笑顔の出る生活をめざしていく。
特色・紹介	男性のみなので、ゆっくり落ち着いて本音で悩みを話し合うことができます。
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

グループ名	特定非営利活動法人 福山手をつなぐ育成会【仲良し会】			
連絡先	住所	福山市三吉町南二丁目13-27		
	TEL	084-922-1138	FAX	084-922-1138
	Mail	npofukuyamaikuseikai@blue.ocn.ne.jp	担当	西山
対象者	<input checked="" type="checkbox"/> 身体 <input checked="" type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input checked="" type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他( 支援者 ) ※複数記入可			
会員数など	会員数	72名	会費	3,000円(育成会会費)

活動日時	月に2~3回(日曜日中心)
活動場所	すこやかセンター、公民館、福山市障がい者体育センター
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人役員会</li> <li>・調理実習(毎回300円~500円程度実費負担あり)</li> <li>・スポーツ練習</li> <li>・日帰り旅行</li> <li>・ボウリング大会</li> <li>・クリスマス会</li> <li>・新年会</li> </ul>
特色・紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人を中心に活動している</li> <li>・役員会で本人たちが計画し実行する</li> <li>・調理実習は、本人がメニューを決定し家族、支援者と一緒につくる</li> <li>・スポーツを練習して、東部地区のスポーツ大会や球技大会に出場する</li> <li>・クリスマス会ではケーキなどを作る</li> <li>・新年会はカラオケ大会をする</li> </ul>
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。

2025年6月17日現在

グループ名	特定非営利活動法人 福山手をつなぐ育成会【ふくいくカフェ】			
連絡先	住所	福山市三吉町南二丁目13-27		
	TEL	084-922-1138	FAX	084-922-1138
	Mail	npofukuyamaikuseikai@blue.ocn.ne.jp	担当	東谷
対象者	<input checked="" type="checkbox"/> 身体 <input checked="" type="checkbox"/> 知的 <input checked="" type="checkbox"/> 精神 <input checked="" type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> 難病 <input checked="" type="checkbox"/> 障がい児 <input type="checkbox"/> その他( )			
	<input type="checkbox"/> 当事者 <input checked="" type="checkbox"/> 家族 <input checked="" type="checkbox"/> その他(支援者) ※複数記入可			
会員数など	会員数	200名	会費	3,000円(育成会会費)

活動日時	毎月 第3水曜日 14:00～
活動場所	育成会事務所 (福山市三吉町南二丁目13-27)
活動内容	<p>・障がいのある方の家族を中心に悩み事、福祉サービス事業所のこと、また、障がいのある本人やきょうだいのこと、進学進級の話などを聞いてもらったり、色々な行事や研修会の情報発信をしています。</p> <p>会員外の方も参加可能 (ふくいくカフェは参加無料)</p>
特色・紹介	<p>・毎月第3水曜日14:00～ 事務所でお茶をしながらおしゃべりをする中で悩みや困りごとを話しましょう</p>
その他	

※日程・会場は、変更する場合があります。  
参加を検討されている方は、各団体に直接お問い合わせください。



2018(平成30)年 3月 初版第1刷発行  
2020(令和 2)年 3月 第2刷発行  
2022(令和 4)年 3月 第3刷発行  
2024(令和 6)年 3月 第4刷発行  
2026(令和 8)年 3月 第5刷発行

問い合わせ先

福山市障がい者総合支援協議会 地域生活支援部会  
(事務局:福山市社会福祉協議会 障がい者基幹相談支援センター)

〒720-8512

福山市三吉町南二丁目11番22号 福山すこやかセンター内

Tel(084)973-0968 FAX(084)926-7111

mail f-shakyo-kikansoudan@apricot.ocn.ne.jp