台東区障害者相談支援事業所ガイドブック

まずは 相談 しよう！



令和８年１１月改訂

いきいき（生き・粋）暮らすために

だれでも どこでも どんなことでも

よりそいながら相談にのります

＊＊＊＊まずは相談！＊＊＊＊

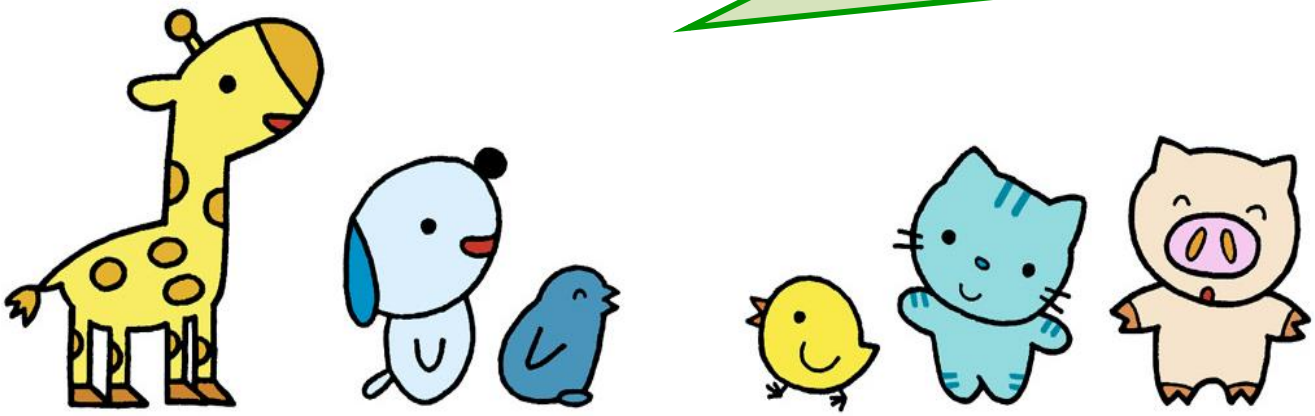
一人でどうすればいいのかわからない･･･そんな時に

「だれでも」「どこでも」「どんなことでも」

相談できる場所があることをご存知ですか？

困りごと･知りたいことがあったらまずは相談！関係

機関と協力しながら解決に向けて支援します。



Q&A

●相談支援事業って何？



さまざまな困りごとや悩みごとをお聞きし、解決方法を一緒に探すところです。

日常生活や社会生活などの困りごとや悩みごとをお聞きし、解決方法を一緒に探しながら、障害のある方やその家族の方が安心した地域生活を送るために必要な支援を行ないます。

●だれが利用できる？

だれでもできます。



◆障害のある方　◆家族　◆関係機関　◆近所の方など

●相談したい時どうすればいい？



まずは ☎お電話 か 📠ＦＡＸで
直接お問い合わせください。

●お金はかかる？　「無料です。」

原則として相談に自己負担はありません。

そうだんしえんじぎょうしょまっぷ

相談支援事業所マップ



■台東区内指定特定相談支援事業者

指定障害児相談支援事業所一覧

① 巴　三ノ輪

② 障害者支援施設　浅草ほうらい

③ 相談支援センター　ほおずき

④ 自立生活センター　たいとう

⑤ 相談支援センター　アップル

⑥ 相談支援センター　つなぐ

⑦ 耕房“望”

⑧ 障害者自立支援センター

⑨ 台東区精神障害者地域生活支援センター　あさがお

⑩ つばさ相談支援センター

⑪ りすぺく相談支援

⑫ サクラネ相談支援

⑬ かみひこうき

⑭ ルーク相談支援

⑮ 相談支援事業所　モワルー

株式会社　巴

巴　三ノ輪

＜主たる対象　：　身体障害　・　知的障害　・　障害児＞



＜　外　観　＞

☎電話　　：０３－３８７６－７４５６

FAX　　：０３―３８７６－７４５５

住 所　　：台東区根岸５－２２－６　ブロッケン６Ｆ

（ビルＩＦがドトールコーヒー）

相談時間　：月～金曜日　午前８：３０～午後６：００

アクセス　　：日比谷線・三ノ輪駅　徒歩３分

都バス・大関横丁　徒歩５分

◇相談支援専門員・相談員　　２　名

◇相談支援事業所の紹介

当相談支援事業所の相談支援専門員は、身体障害の方や知的障害・障害児の方の現場に長く携わって来た方が在籍しております。

ご本人様のことだけでなく、ご家族様のサポートもおこないながら一緒に生活の悩みや不安を解消させていただくお手伝いをさせていただきたいと思います。

まずは、お気軽にご相談下さい。



＜　地　図　＞

【法人で行っている他の事業】

- 高齢者　訪問介護事業
- 障害者　居宅介護事業
- 介護タクシー事業



社会福祉法人　清峰会

障害者支援施設　浅草ほうらい

＜主たる対象　：　知的障害　・　身体障害＞



＜　外　観　＞

☎電話　　：０３－５８０８－００６７

FAX　　：０３－５８２４－５６３１

住 所　　：台東区清川２－１４－７福祉プラザ台東清峰会

相談時間：月～金曜日　午前９：００～午後５：００

アクセス：南千住駅：徒歩１０分

（日比谷線・つくばエクスプレス線・常磐快速線）

都バス：清川２丁目　徒歩２分

◇相談支援専門員・相談員　４　名

◇相談支援事業所の紹介

生活に夢をもち、叶える

そんな相談をこころがけています

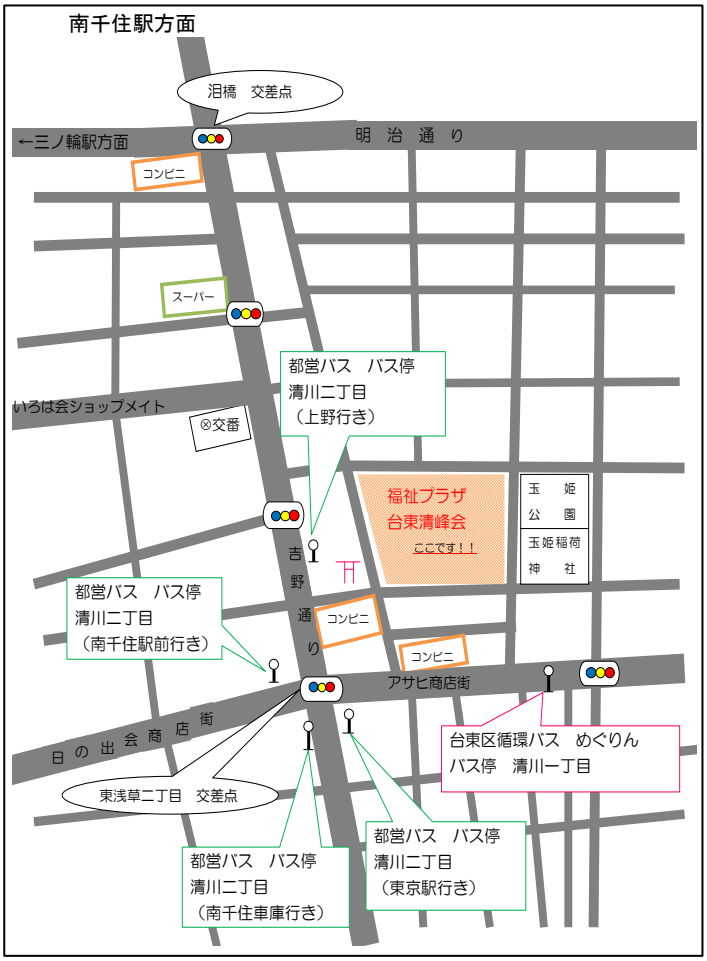
今何に困っていますか？

言えずにしまいこんでいる不安はありませんか？

これから　どんな暮らしがしたいですか？

一緒にゆっくり考えて　実現させていきましょう！

＜　地　図　＞



【法人で行っている他の事業】

◍生活介護　◍施設入所支援　◍就労継続支援Ｂ型

◍短期入所　◍共同生活援助　◍日中一時支援

NPO法人ほおずきの会

相談支援センターほおずき

＜主たる対象　：　知的障害・身体障害・障害児＞



＜ 外観 ＞

☎電話　FAX　：０３－３８７１－４１２３

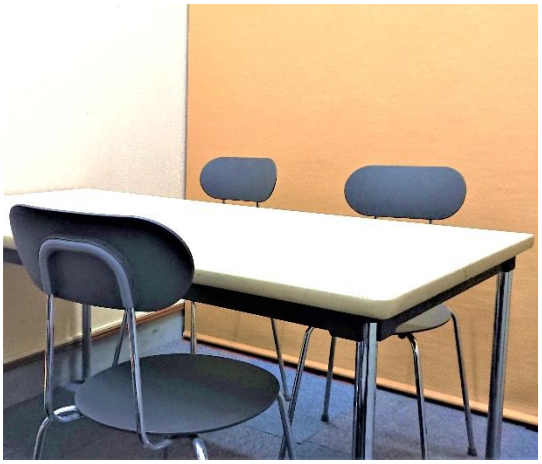
住所　　：　台東区日本堤１－３２－３

相談時間　：月～金曜日　午前９：００～午後５：００

アクセス　：日比谷線三ノ輪駅　徒歩１０分

都バス　吉原大門　徒歩５分

＜ 相談室 ＞



◇相談支援専門員・相談員　　３　名

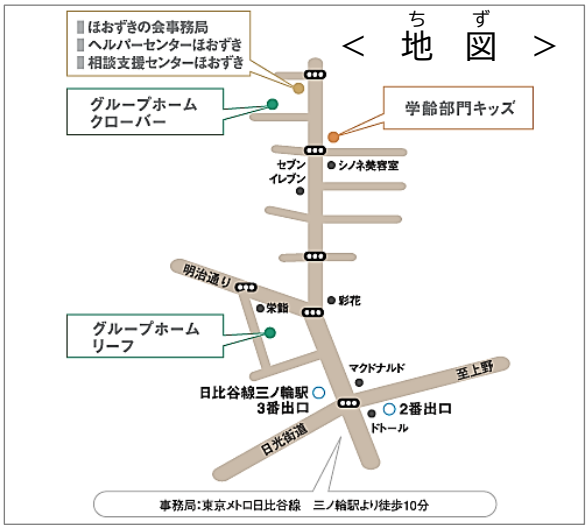
◇相談支援事業所の紹介

ほおずきの会の理念である「どのようなハンディキャップがあっても、地域での豊かな暮らし」のため、身近で相談ができる窓口になれるよう運営しています。

【法人で行っている他の事業】

- グループホーム
- 移動支援
- 居宅介護
- 行動援護
- 通学支援
- 通所訓練事業
- 宿泊訓練事業
- 外出支援事業
- 緊急一時保護事業

＜ 地図 ＞



特定非営利活動法人

自立生活センターたいとう

＜主たる対象　：　障害種別問わず、当事者やその家族＞



＜　外　観　＞



☎電話　　：０３－５６０３－０８２１

FAX　　：０３－５６０３－０８３４

住 所　　：台東区 竜 泉 ３－１９－７

相談時間：月～金曜日　午前９：００～午後６：００

アクセス：日比谷線　三ノ輪駅　徒歩１０分

都バス：竜泉　徒歩２分

◇相談支援専門員・相談員　　１　　名

＜　相　談　室　＞



◇相談支援事業所の紹介

本人主体として、「地域で」「自立し」「安心した」暮らしができるよう共に考え、一人ひとりの可能性に合わせた体制が取れるよう、総合的な相談に応じます。

＜　地　図　＞



【法人で行っている他の事業】

- 障害者自立生活プログラム
- ピアカウンセリング
- 自立生活体験室
- 重度訪問介護従業者養成研修

R-マーケット（コンビニ）を左に曲がってすぐ



特定非営利活動法人りんご村

相談支援センターアップル

＜主たる対象　：　身体障害　・　知的障害＞



＜　外　観　＞

☎電話　　：０３－５８４９－４６７７

FAX　　：０３－３８７５－７２２２

住所　　：台東区千束３丁目２０番２４号

相談時間　：月～金曜日　午前：１０時～午後６時

アクセス　：日比谷線・三ノ輪駅　徒歩１０分

都バス・竜泉　徒歩３分

◇相談支援専門員・相談員　２　名

◇相談支援事業所の紹介

サービス等利用計画の作成だけでなく、福祉サービスに関する相談、生活に関する困りごと、将来の暮らしへの不安などの一般相談もお受けしています。ご利用者は重度重複障害、肢体不自由、視覚障害、難病、知的障害の方の利用が多いのが特徴です。

【法人で行っている他の事業】

ＮＰＯ法人りんご村は「どんなに重い障害を持っていても、生まれ育った地域でその人らしく暮らし続けたい」という思いから様々な事業を行っています。障害をお持ちの本人だけでなく、親と子も元気に暮らせるよう、家族支援にも力をいれています

- 重度身体障害者グループホームアポロ
- 居宅介護支援事業所
  りんごエイドケアセンター
- 生活ホームりんご村（宿泊訓練事業）
- 緊急一時保護事業（委託）

＜　地　図　＞



特定非営利活動法人つなぐ台東

相談支援センターつなぐ

＜　主たる対象　：障害種別なし＞



＜　外　観　＞

☎電話　：０３－６４５８－１８７２

FAX　：０３－６４５８－１８８２

住所　：台東区浅草３丁目９番２号
ランドール浅草１０２

相談時間　：月～金曜日　午前９：００～午後５：００

アクセス　：つくばエクスプレス線　浅草駅　徒歩５分
都バス・奥浅草　徒歩１分

◇相談支援専門員・相談員　２名

＜　相　談　室　＞



◇相談支援事業所の紹介

運営法人である「つなぐ台東」は、台東区手をつなぐ親の会が立ち上げた法人です。相談支援センターつなぐは、障害福祉サービスを利用するのに必要なサービス等利用計画を作成します。また福祉サービスや困っている ことの相談を受け付けます。

＜　地　図　＞



【法人で行っている他の事業】

- 就労継続支援B型事業所3か所
- 生活介護事業所1か所

特定非営利活動法人耕房

耕房“望”

＜主たる対象　：　精神障害＞



＜　相　談　室　＞

☎電話　　：０９０－９６８７－７４３２

FAX　：０３－６８０２－３７０８

住所　　：台東区下谷３－１７－１２

下谷サニーハイツ２階

相談時間　：月～金曜日　午前８：３０～午後５：１５

アクセス　：日比谷線・三ノ輪駅　徒歩6分

都バス・下谷警察署前　徒歩5分

◇相談支援専門員・相談員　　1名

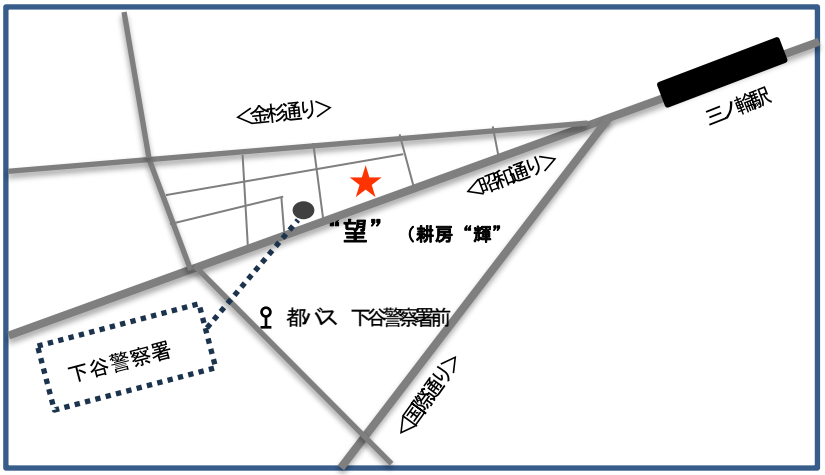
◇相談支援事業所の紹介

ご本人の「働きたい」「部屋の片づけが苦手」など、生活の希望や困りごとについてお話をお聞きし、必要なサービスの情報提供、調整をします。他の支援者と連携をとりながら、地域で安心して生活できるよう支援します。

【法人で行っている他の事業】

- 就労継続支援Ｂ型事業

＜　地　図　＞



台東区松が谷福祉会館

障害者自立支援センター

＜主たる対象　：　身体障害　・　知的障害＞



＜　外　観　＞

☎電話　　：０３－５２４６－９６５１

FAX　　：０３－３８４２－２６７４

住所　　：台東区松が谷１丁目４番１２号　３階

相談時間　：月～土曜日　午前９：００～午後５：００

（水曜日は午後７：００まで）

アクセス　：銀座線・稲荷町駅　徒歩５分

都バス・東上野６丁目　徒歩３分

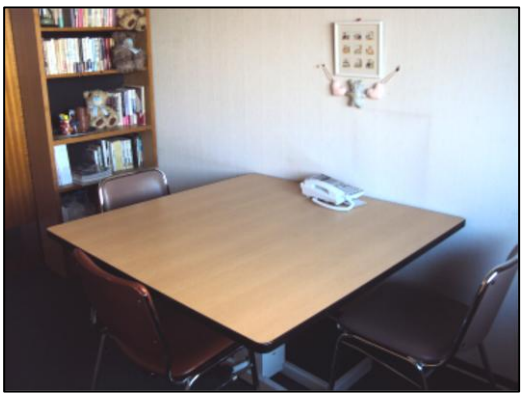
◇相談支援専門員・相談員　７　名

◇相談支援事業所の紹介

区内在住の身体・知的障害児（者）ご本人やご家族からの相談をお受けします。

障害児通所の申請窓口を行っております。

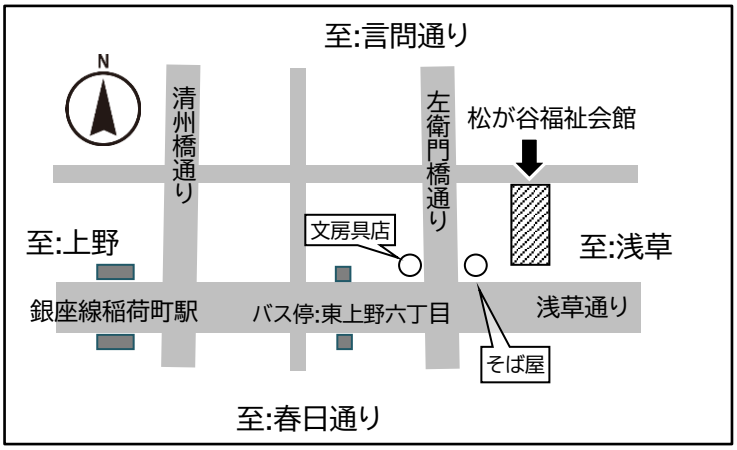
＜　相　談　室　＞



【当館で行っている他の事業】

- 子ども療育
- 機能訓練室
- 生活介護
- 貸館業務（会議室等）

＜　地　図　＞



特定非営利活動法人　台東メンタルコミュニティ

台東区精神障害者地域生活支援センター　あさがお

＜主たる対象　：　精神障害をお持ちの方＞



＜　入口看板　＞

☎電話　　：０３－５８２３－４２９８

FAX　　：０３－５８２３－４２９９

住所　　：台東区蔵前３丁目１８番４号ライフコア蔵前２階

相談時間　：月～木曜日　午後０：００～午後８：００

土・日曜日　午前１０:００～午後６:００

アクセス　：都営大江戸線・蔵前駅　徒歩　２分

◇相談支援専門員・相談員　５　名

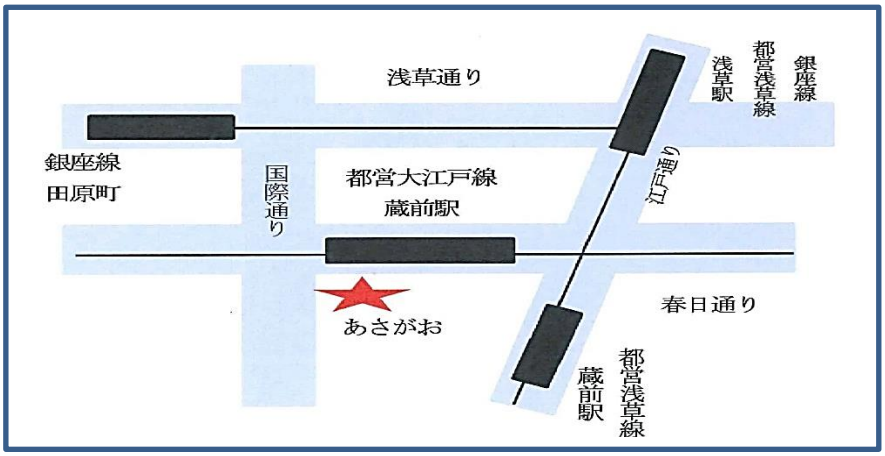
＜　相　談　室　＞



◇相談支援事業所の紹介

電話や面接などで福祉サービスや生活の困りごとに関する相談を受け付けています。相談内容によっては関係機関の方と連携をしながら、支援をいたします。

＜　地　図　＞



【法人で行っている他の事業】

- グループホーム
- ショートステイ
- グループホーム卒業者向け
  単身サポート

社会福祉法人 台東つばさ福祉会

つばさ相談支援センター

＜主たる対象　：知的障害　・身体障害＞



＜外観＞

☎電話　　：０３－６７９５－０２３０

FAX　：０３－６７９５－０２３０

住所　　：台東区台東１－２５－５ いきいきプラザ３階

相談時間　：月～金曜日　午前９：００～午後５：００

アクセス　：日比谷線・秋葉原駅　徒歩８分

日比谷線・仲御徒町駅 徒歩１０分

＜相談室＞

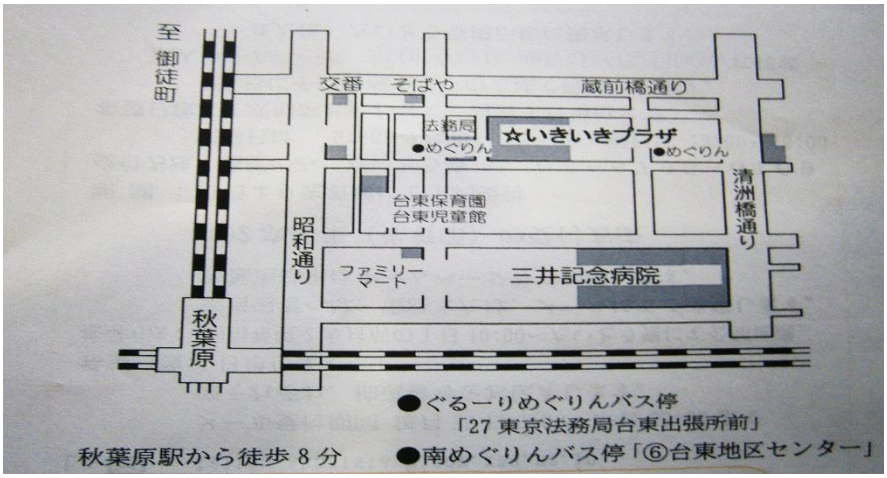


◇相談支援専門員・相談員２名

◇相談支援事業所の紹介

主に、知的・身体に障害のある方のための、くらしの相談窓口です。働くための準備から、日中の過ごし場所のこと、年齢を重ねてからのくらしの心配ごとまで、幅広くお話をうかがいます。「これから」の生活をいっしょにサポートしていきます。

＜地図＞



【法人で行っている他の事業】

- 生活介護・福祉ホーム・グループホーム
- 短期入所・日中一時支援・放課後等デイ
- 障害者就労支援事業
- 就労移行支援・就労継続支援Ｂ型

RESPEC株式会社

RESPEC Inc.

りすぺく相談支援

＜主たる対象　：精神障害・身体障害＞



＜　外　観　＞

☎電話　：　０７０－８９５９－９８２９

FAX　：　０５０－５４９０－３２７０

住所　：　台東区上野桜木１丁目１４番２１号
高遠レジデンス１階

相談時間　：　月～金曜日　午前９:００～午後５:００

アクセス　：　ＪＲ上野駅・日暮里駅　徒歩１０分
ＪＲ鶯谷駅　徒歩５分
都バス・上野桜木　徒歩１分

◇相談支援専門員・相談員　２　名

◇相談支援事業所の紹介

・「毎日の暮らしがうまくいかない」「働きたいけれど、何から始めればいいのかわからない」。そんなとき、りすぺく相談支援の相談員は一緒にこれからの道を考える“みちしるべ”でありたいと思っています。

・りすぺく相談支援の相談員は「地域のコンシェルジュ」。あなたのこれまでの歩みや今の思いに耳を傾け、暮らしや仕事、支援機関選びなど、あなたに合う道を一緒に探します。

・精神・身体障害のあるご本人やご家族の相談を、居宅介護や就労移行支援、自立訓練（生活訓練）の経験を持つ職員がお受けします。どこから話せばいいか迷うときも、どうぞ気兼ねなくご相談ください。

【法人で行っている他の事業】

- 自立訓練（生活訓練）

＜　談話スペース　＞



＜　地　図　＞



nemoto fukushi
株式会社 根本福祉

株式会社 根本福祉

サクラネ相談支援

＜主たる対象　：障害種別問わず、難病領域のピアサポート＞



＜外観＞

☎電話　：０３－３８７３－４３７０

FAX　：０３―５８４９－４６４０

住所　：台東区橋場１－３２－６
橋本ビル２階

相談時間　：月～金曜日　午前９：００～午後６：００

アクセス　：東京メトロ日比谷線　南千住駅　徒歩17分
東武伊勢崎線　東向島駅　徒歩22分

◇相談支援専門員・相談員　　８　名





◇相談支援事業所の紹介

・事業所名の由来は台東区の木「さくら」です。

・「さくら」は陽樹で日照を好むので建物や他の木の陰になるような場所を避けて植栽をしないと綺麗な花を咲かせることができません。

・いきいきと生活をするための環境や必要なことを一緒に考えていけるように専門性を持った相談支援専門員が根本の土台作りからお手伝い致します。

＜相談室＞



＜地図＞



くにくにねっと合同会社

かみひこうき

＜ 主たる対象 ： 障害種別問わず ＞



☎電話　：080-3864-9292

住所　：台東区東上野3-33-9
森田ビル 302号室

相談時間　：月～金曜日　午前9:00～午後6:00

アクセス　：東京メトロ銀座線「稲荷町駅」徒歩3分
JR・東京メトロ各線「上野駅」徒歩8分

＜ 相 談 室 ＞

◇相談支援専門員・相談員　　1　名

◇相談支援事業所の紹介

生活の中で困っていることや、福祉サービスについて相談できる事業所です。
ご本人やご家族のお話を丁寧に聞き、一人ひとりの希望やペースを大切にしながら、その人らしい暮らしを一緒に考えます。

＜ 地 図 ＞



T & K Luke株式会社

ルーク相談支援

＜主たる対象　：障害種別問わず＞

＜ 外 観 ＞



☎電話：03-3873-0811

メール　：soudan_luke@icloud.com

住 所　：東京都台東区竜泉3－26－８

相談時間：月曜～金曜日 8:30～17:30

アクセス　：東京メトロ日比谷線「三ノ輪」駅徒歩5分
都営バス「竜泉」バス停より徒歩4分

◇相談支援専門員・相談員　　１名

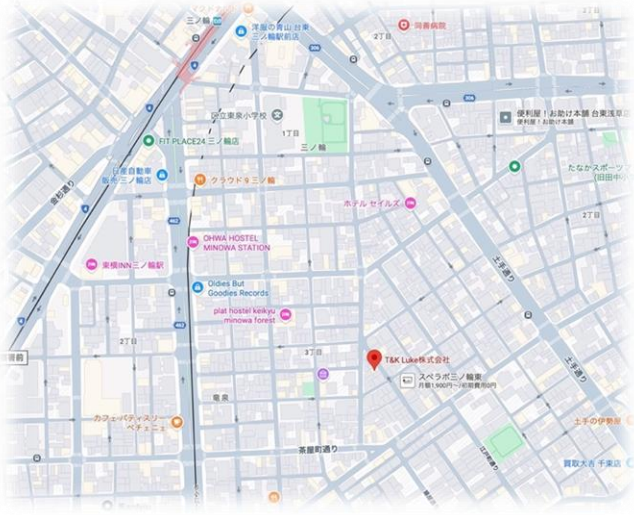
◇相談支援事業所の紹介

台東区の相談支援事業所「ルーク相談支援」です。
『一人ひとりの人生に光を』をスローガンに、障害をお持ちの方が住み慣れた地域で活き活きと暮らせるように支援いたします。
「光をもたらす者」というラテン語の「ルカ」から事業所名をとりました。
ルカを英語表記にするとルークとなります。
皆様の人生に光をもたらす事ができる様にという思いで相談支援を行ってまいります。

＜相談スペース＞



＜ 地 図 ＞



一般社団法人　メンタル・ナビ・ネット

相談支援事業所　モワルー

＜主たる対象　：障害種別問わず＞



＜　室　内　＞

☎電話　：　０９０－２８５０－０８９０

住所　：　台東区池之端３－３－７

フラットＲ　ＩＢ号室

相談時間　：　月～金曜日

午前８：００～午後５：００

アクセス　：　東京メトロ千代田線「根津駅」

２番出口から徒歩５分

◇相談支援専門員・相談員　　２　名

◇相談支援事業所の紹介

「モワルー（Moelleux）」とは…

フランス語で「やわらかい」「ふんわりとした」という意味があります。

私たちは、利用者にやわらかくふんわりとした気持ちで寄り添い、一緒に考え、自立し、安心した生活が送れるよう支援します。

＜　地　図　＞



ご存じですか？

障害福祉サービスを利用するためには

「サービスの利用計画書」が必要です。

Q　サービスの利用計画書って何？

障害のある方が地域で生活していくために必要な障害福祉サービスの利用計画書です。計画書として利用できるものは「サービス等利用計画」、「セルフプラン」、「ケアプラン」の３種類があります。

Q　それぞれの違いは何？

サービス等利用計画 …「特定相談支援事業所」の相談支援専門員が障害者ご本人（家族・支援者含む）に聞き取りをして作成します。サービスの内容についても相談できますし、定期的にモニタリング（サービスの確認や見直し）も行ってくれます。また、計画をもとに関係者が情報を共有するので、一体的な支援が受けられます。

セルフプラン…サービスの利用計画書を自分で作成します。分からないことがあれば自治体の職員も作成のお手伝いをしてくれます。

ケアプラン…介護保険サービスを利用する際にケアマネージャーが作成する計画書です。介護保険サービスを利用中の方は原則ケアプランを転用していただきます。

Q　自由に選べるの？

介護保険サービスを利用中の方は原則ケアプランですが、それ以外の方は「サービス等利用計画」か「セルフプラン」のどちらかを選ぶことができます。

Q　お金はかかるの？

どの計画書を選んでも原則として費用はかかりません。

Q　どれがいいのか分からない…

自分でサービスを選んで利用するスケジュールを立てられる方は「セルフプラン」がスムーズですが、少しでも不安がある方はぜひ「サービス等利用計画」の利用を検討してみてください。

＜障害福祉サービス利用までの流れ＞

1、相談・利用申請
身体・知的障害のある方　⇒　障害福祉課（台東区役所２階１０番窓口）
精神障害・難病のある方　⇒　保健予防課（台東保健所５階）
※相談については本誌掲載の相談支援センターでも受け付けています。

↓

2、サービス等利用計画案の作成（⇒相談支援事業所への作成依頼・契約）
※セルフプラン⇒自分で作成、ケアプラン⇒ケアマネージャーに作成依頼

↓

3、障害支援区分認定調査
障害者の心身の状況を把握するために８０項目の聞き取り調査を行います。

↓

4、支給決定
障害福祉課・保健予防課にて支給決定会議が行われます。

↓

5、サービス等利用計画の作成
内容が確定した計画書を区に提出します。　※セルフプラン・ケアプランはなし

↓

6、サービス利用開始
支給決定内容をもとにサービス提供事業所と契約し、サービスの利用を開始します。

↓

7、一定期間ごとのモニタリング
相談支援専門員とサービスの確認や見直しを行います。
※セルフプラン・ケアプランはなし

分からないことがありましたら、「1、相談・利用申請」欄記載の各担当課までお問い合わせください。



行政の相談窓口

台東区役所　福祉部　障害福祉課　総合相談

知的、身体障害のある方の各種障害福祉サービスの申請や、サービスの利用に関する相談を受け付けています。

台東区東上野4－5－6　☎5246－1202～3

台東保健所　保健予防課　精神保健担当

精神障害のある方と難病の方（※）の各種障害福祉サービスの申請や、サービスの利用に関する相談を受け付けています。

※難病とは：障害者総合支援法で定める対象疾病（３７６疾病）となります（令和７年４月現在）。ただし、身体障害者手帳をお持ちの方は、障害福祉課が担当となります。

台東区東上野4－22－8　☎3847－9405

しごとのこと！

台東区障害者就労支援室

障害のある方の働く場の確保と職場定着のため関係機関、会社と連携を図りながら自立に向けた支援を行います。

台東区松が谷1-4-12　松が谷福祉会館６階

☎03-3847-6431

福祉サービス利用のお手伝い！

権利擁護センター「あんしん台東」

安心して地域で生活が続けられるようにあんしん台東がサポートします。福祉サービスの利用やお金の管理に不安のある方、成年後見についてご相談ください。

台東区下谷1-2-11　☎03-5828-7507

こどものこと！

松が谷福祉会館　こども療育室

お子さんの発達で気になる事や育児の相談を受け付けています。

台東区松が谷1-4-12　松が谷福祉会館１階

☎03-3842-2673

台東区障害者地域自立支援協議会

台東区障害者地域自立支援協議会は、【障害のある人が豊かに暮らせる地域づくり】を理念に、平成20年3月に学識経験者・地域の事業者・相談員・ＮＰＯ法人・ハローワーク職員等を構成員として事務局を障害福祉課（障害者自立支援センター）に設置しました。

障害のある方にそれぞれの状況に応じた適切な支援を行うためには、相談機関や福祉施設との連携を強化すると共に、ＮＰＯ法人や民間事業所等のネットワークを充実させることが重要です。

自立支援協議会はその中核的役割を担い、地域の社会資源の情報や制度の知識を共有し、中立・公平的立場として地域全体の相談機能の資質向上を目指しています。

今回、台東区障害者地域自立支援協議会相談支援部会において、この障害者相談支援事業所ガイドブックを作成したことで「相談支援事業所」が、地域の方々にとってより身近になり障害のある方の一助になれば幸いです。

台東区障害者相談支援事業所ガイドブック

令和８年１１月改訂

事務局：台東区役所福祉部障害福祉課

（台東区東上野４－５－６）

電話番号：０３－５２４６－１０５８