



サポートグループ



サポートグループでは、有益なプレゼンテーションや活発なディスカッションが行われるほか、他の保護者や介護者、ご家族と交流する機会も提供されています。現在、多くのグループがオンラインで活動しています。次回の会合に関する詳細については、各グループのファシリテーター（進行役）にお問い合わせください。

以下のリストには、ハーバー・リージョナル・センター（Harbor）の利用対象者とそのご家族が参加できる、ロサンゼルス郡内のサポートグループが掲載されています。グループには、対面式のものと、どこからでも参加可能なオンライン（バーチャル）形式のものがあります。開催日時や形式は変更される可能性があるため、最新のスケジュールについては各団体に直接ご確認ください。

自閉症スペクトラム 障害

Autism Society of Los Angeles (ASLA)

ロサンゼルス郡全域の自閉症スペクトラム障害（ASD）のある方のご家族を対象に、ゲストスピーカーを招いての会合、情報・リソースの共有、権利擁護活動に関する最新情報の提供、そして家族同士の交流の場を毎月開催しています。ご家族ならどなたでもご参加いただけます。

開催場所：対面およびオンライン

電話番号：(323) 660-5550

メール：info@autismla.org

ウェブサイト：www.autismla.org

相談・サポート電話（ウォームライン）：(424) 299-1531

開催日時：毎月開催（複数の支部にて実施）

Autism Connections

オンラインのケアギバー・サポートグループは、経験を共有し、質問をし、同じ経験をしている方々とつながるための場です。各セッションでは、オープンな対話と実践的なヒントを通じて、ご家族がサポートを受け、情報を得て、自信を持てるよう支援します。

場所：Zoomによるオンライン開催

連絡先：(513) 561-2300

メール：connect@autismcincy.org

日時：毎月第2火曜日 午後12時～午後1時30分（米国東部時間）

Bugle Horn Autism Support Group

このグループは、専門家の経験やサポートを活かせる機会を保護者の皆様に提供します。参加者の皆様は、有益な対処法や介入の戦略を学ぶことができます。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第2月曜日、午後5時～午後6時45分

連絡先: Florence Bracy (323) 574-0862

メール: bracyflorence2013@gmail.com

AGUA Classic

(ピアグループ - 高機能自閉症)

高機能自閉症の成人を対象としたピアサポートグループです。ロサンゼルス郡内の各地で集まり、交流や経験の共有を行っています。

場所: 対面式（ロサンゼルス郡内で開催場所は持ち回り）

日時: 毎月第1土曜日または日曜日の午後1時

連絡先: (562) 237-1520

Association for Autism and Neurodiversity (AANE)

各グループは、AANEのスタッフ、外部ファシリテーター、またはボランティアによって運営されています。これらのファシリテーターは、自身が自閉症当事者である、自閉症の家族がいる、あるいは自閉症コミュニティでの活動経験が豊富であるといった背景を持っています。

場所: Zoomを使用したオンライン開催

日時: 月曜日～金曜日、午前9時～午後5時（米国東部時間）

電話番号: (617) 393-3824

メール: info@aane.org

ウェブサイト:

<https://aane.org/services-programs/group-services/support-groups-community-connection/>

The Autism Community in Action (T.A.C.A.)

TACAのバーチャル・サポート・イベントは、アドバイスや励まし、そして他の人とのつながりを求めている保護者やケアギバーを対象とした、1時間のグループ・ミーティングです。TACAスタッフが進行役を務めるこの集まりは、直面している課題について話し合ったり、成功体験を共有したり、TACAの数多くのプログラムやリソースについて知ったりするための、安心感のある理解に満ちた場となっています。

事前の参加登録が必要です。

ウェブサイト: <https://tacanow.org/virtual/>

Autism Research Institute

- 科学と教育の推進

自閉症の方々への最適なケアや治療法に関するリソース、研究、ツールをご紹介します。世界中の専門家による、当事者、ご家族、専門職向けの最新の教育資料やウェビナーを無料でご利用いただけます。

ウェブサイト: <https://autism.org/>

ウェビナー: <https://autism.org/webinars/>

Autism Speaks

Autism Speaks（オーティズム・スピークス）は、主に全国規模またはオンラインで活動する、自閉症の方に配慮したコミュニティ・グループやサービスのリストを提供しています。中には、地域ごとのグループを持ち、対面での集まりを行っている団体もあります。

ウェブサイト: <https://www.autismspeaks.org/>

リソース・ディレクトリ:

<https://www.autismspeaks.org/directory>

Autism Support Community

Autism Support Communityは、自閉症スペクトラムにある当事者（セルフ・アドボケート）やその家族のために、支え合えるコミュニティを築くことを目的とした非営利団体です。当団体は、ロサンゼルス地域の学校に通い、地域の「リージョナル・センター（Regional Center）」のシステムを積極的に利用している家族によって運営されています。

連絡先: (818) 850-2372

ウェブサイト:

<https://www.autismsupportcommunity.org/support-groups>

Autism Partnership Foundation (APF) Long Beach

ASD（自閉スペクトラム症）のあるお子様や大人を対象とした、科学的根拠に基づく行動介入に関する保護者・ご家族向けワークショップおよびセミナー。

開催形式: 対面式

開催時期: 年間を通じて随時開催

連絡先: (323) 291-7100

ウェブサイト:

<https://autismpartnershipfoundation.org/>

Autism Connections（スペイン語）

これは、自閉症のある方の保護者やケアを行う方々のためのサポートグループです。相互理解と支え合いのための安全な場を提供し、つながりや参加、対話を促進します。参加には事前登録が必要です。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第1水曜日 午後6時～午後7時30分（米国東部時間）

電話: (513) 561-2300（内線102）

メール: gmadriz@autismcincy.org

Autism Advocates in Action

親と介護者のための毎月の自閉症サポート。グループは英語とスペイン語で対応可能です。

親/介護者のサポートとトレーニング:

日時: 毎月第1月曜日 午前11時～午後12時

介護者（コーヒーチャット）:

日時: 毎月第3月曜日 午前11時～午後12時

場所: 対面

LA Care - ロングビーチ コミュニティ リソース センター

5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805

連絡先: (562) 256-9810

The Color of Autism Foundation

自閉症と向き合うアフリカ系アメリカ人の家族に対し、包摂的な環境と支援を提供しています。自閉症スペクトラムにある方々やその家族が直面する多様なニーズや課題に対応するため、幅広いサービスやリソースを展開しています。保護者向けサポートグループや、黒人の父親向けサポートグループも運営しています。

ウェブサイト:

<https://thecolorofautism.org/programs/>

The Center for Autism & Neurodevelopmental Disorders - 保護者同士のサポートグループ

神経発達障害のあるお子さんを持つすべての保護者・養育者の皆様を歓迎いたします。「ペアレント・トゥ・ペアレント・グループ」では、経験や成功体験、直面している課題、そしてご家族への影響などについて、参加者同士で語り合う場を設けています。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第2月曜日、午後6時～午後7時30分

連絡先: Nellie Valentine (949) 267-0462

メール: nelliev@hs.uci.edu

Miller Children's & Women's Hospital - AUTISMO スペイン語話者向けサポートグループ

自閉症のお子さんを持つ、スペイン語を話す保護者、ケアギバー、ご家族のためのグループです。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第3火曜日、午前10:00～11:00

連絡先: Martha de La Torre (562) 933-8045

MyAutismTeam

自閉症のある方の保護者やケアギバーのための無料のオンライン・サポートコミュニティです。メンバーは、自分の歩みを理解してくれる人々とつながり、質問したり、経験を共有したり、支援的で批判のないスペースで実践的なアドバイス、リソース、励ましを交換したりできます。

場所: Zoomによるオンライン開催

ウェブサイト: <https://www.myautismteam.com/>

Special Needs Network (SNN) – 家族・保護者支援

十分なサービスが行き届いていない地域社会に対し、自閉症関連のサービス、ピアサポート、権利擁護（アドボカシー）、家族向けイベントなどを提供しています。LAハーバー・カレッジ（ウィルミントン）にて、年次自閉症カンファレンスを主催するほか、年間を通じて地域イベントも開催しています。

実施形態: 対面式

連絡先: (323) 291-7100

日時: 年次カンファレンス（春・秋）

ウェブサイト: <https://snnla.org/>

脳性麻痺

Center for Cerebral Palsy at UCLA

資金援助、工夫が施された靴や衣類、権利擁護（アドボカシー）サービス、障がいのある方も楽しめる活動などに関する、役立つリンクや情報を提供しています。

ウェブサイト: <https://www.uclahealth.org/medical-services/orthopedics-and-sports-medicine/cerebral-palsy/cerebral-palsy-resources>

Inclusive Sol

ご家族は、無料の資料、月例の介護者サポートグループ、ニュースやイベント情報、多言語対応のリソースハブ、電子ニュースレターなどを利用できます。

ウェブサイト:

<https://inclusivesol.org/resources/pause-and-connect/>

Cerebral Palsy Alliance Research Foundation

同団体は、脳性麻痺の研究や障害者向けテクノロジーに資金を提供する非営利団体です。ご家族は、ウェブサイトで脳性麻痺について学んだり、参加できる研究を探したり、脳性麻痺コミュニティのニュースや体験談を読んだり、財団への募金活動に協力する方法を見つけたりすることができます。

お問い合わせ: エリザベス・ボイト (Elizabeth Boyte)

メール: elizabeth.boyte@cparf.org

ウェブサイト: <https://cparf.org/>

United Cerebral Palsy (UCP) LA County

UCPの加盟団体は、住居、理学療法、支援技術のトレーニング、早期療育サービス、個人および家族への支援、社会参加・レクリエーション・プログラム、地域生活支援、州や地域機関への紹介、就労・就労支援、権利擁護といったサービスを提供しています。

連絡先: (818) 782-2211 または (800) 872-5827

ウェブサイト: www.ucpla.org

てんかん

Epilepsy Foundation

保護者・介護者向け: 米国在住のてんかんのある方の保護者・介護者ならどなたでも参加可能です。当事者（またはその家族）同士による体験の共有やサポートを行います。

てんかんのある若年成人（19～30歳）向け: 学校、仕事、人間関係、そして発作を抱えながらの自立した生活について、仲間同士で支え合います。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第3水曜日 午後6時30分（太平洋時間）

連絡先: (800) 332-1000

ウェブサイト: www.epilepsy.com

Epilepsy Foundation Los Angeles (EFLA)

- サポートグループとプログラム

てんかんの影響を受けている個人や家族のための、無料のバイリンガルサポートグループとプログラム。共感的な環境の中で、仲間同士で経験を共有できます。支援、教育、紹介サービスも提供しています。

場所: 対面およびオンライン

連絡先: (310) 670-2870 / (800) 564-0445

メール: Help@EpilepsyLosAngeles.org

ウェブサイト: www.epilepsylosangeles.org

Epilepsy Support Network of Orange County

サポートグループ、教育プログラム、バイリンガル（英語／スペイン語）のヘルプラインを提供しています。

所在地:

1500 Adams Ave, Ste. 301

Costa Mesa, CA 92626

電話: (714) 916-0456

メール: info@esnoc.org

ウェブサイト: <https://esnoc.org/>

てんかん・発作（24時間対応） ヘルプライン

てんかんの影響を受けている個人やご家族を対象に、即時のサポート、情報提供、専門機関への紹介を行う全国的なヘルプラインです。英語とスペイン語で、24時間年中無休で対応しています。

連絡方法：電話

連絡先：英語：(800) 332-1000

スペイン語：(866) 748-8008

受付時間：年中無休・24時間対応

Children's Hospital Los Angeles (CHLA) - てんかんのある子の保護者サポ ートグループ

てんかんの影響を受けている保護者やケアギバーの皆様を、サポートを得たり、アイデアを共有したり、同様の課題を抱える他の保護者から学んだりできる集まりにご招待します。

開催場所：オンライン（参加用リンクは確認後にメールでお送りします）

毎月第3火曜日

午後7:00～7:30：特別ゲスト講師による講演

午後7:30～9:00：オープン・ディスカッション・グループ

登録・お問い合わせ：(800) 564-0445 または
(310) 670-2870

メール：help@endepilepsy.org

ダウン症候群

Down Syndrome Association of LA (DSALA) - 保護者 サポートグループ

家族が集い、ゲストスピーカーの講演や情報共有、ピアカウンセラーによるサポートを行う月例の公式ミーティングです。個別カウンセリングも利用可能です。ロサンゼルス郡内の各地で複数のグループが活動しています。

開催形式：対面およびオンライン

連絡先：DSALA (818) 786-0001 または (310) 474-3407

メール：sandra@dsala.org または info@dsala.org

ウェブサイト：www.dsala.org

日時：毎月開催（各地）。お近くのグループのメーリングリストへの登録については、DSALAまでお問い合わせください。

Club 21 Learning & Resource Center - 新米・出産 予定の保護者グループ

ダウン症のあるお子さんを持つ親御さんや、これから親になる方々のためのピアサポートです。ご家族を、早期支援のリソースや温かいコミュニティへとつなぎます。

場所：対面およびオンライン

日時：随時開催

電話番号：(626) 844-1821

メール：pam@clubtwentyone.org

ウェブサイト：www.clubtwentyone.org

Down Syndrome Association of Los Angeles - Grupo de Apoyo Cultivar y Crecer（スペイン語）

このグループは、スペイン語を話す保護者やご家族を対象としており、精神的なサポートや、ウェルビーイング（心身の健康と幸福）を促進する教育的なワークショップを提供しています。

場所：Zoomによるオンライン、または対面

日時：毎月第4金曜日

メール：maria.castaneda@csun.edu または
sandra@dsala.org

連絡先：(818) 374-9107 または (818) 786-0001

知的・その他 発達障害

Harbor Family Resource Centers - 保護者交流会 (Parenting Connections)

このグループは、Harbor（ハーバー）のサービスを利用している方の保護者、介護者、ご家族を対象としています。年齢や発達障害の種類を問わず、同じように発達障害のあるご家族を持つ方々と交流したいとお考えの皆様を歓迎します。

場所：Zoomによるオンライン開催

日時：毎月2回、月曜日の夜 18:00～19:30

連絡先：Maria Elena Walsh (310) 543-0691

メール：mariaelena.walsh@harborrc.org

Carolyn Kordich Family Resource Center

ハーバー・シティ、ハーバー・ゲートウェイ、ロミタ、サン・ペドロ、ウィルミントン、およびカーソンの一部地域を対象としています。あらゆるライフステージにあるご家族に対し、親同士の相互支援、専門機関への紹介、教育・研修、および各種情報の提供を行っています。

連絡先：salgado@ckfrcenter.org または

deborba@ckfrc.org

ウェブサイト：www.ckfrcenter.org

Long Beach Family Resource Center (Miller Children's Hospital)

ロングビーチ地域の家族を対象に、保護者支援、情報提供、紹介、および早期介入のためのリソースを提供しています。

連絡先：Brenda Macias (562) 933-8050

Eメール：bmacias@memorialcare.org

ウェブサイト：

<https://www.millerchildrens.memorialcare.org/families-and-visitors/family-resources/family-resource-centers>

Parenting Black Children (PBC)

発達障害のあるアフリカ系アメリカ人のケアを行う方々を対象とした、地域社会による支援やリソースを提供しています。オンラインコミュニティやイベントも実施しています。

場所：対面式

電話番号：(626) 387-3853

メール：welcome@parentingblackchildren.org

ウェブサイト：www.parentingblackchildren.org

Together, Not Alone

韓国系のご家族のためのサポートグループです。

場所：Zoomによるオンライン開催

日時：毎月第4金曜日、午前10時～正午

連絡先：Minsun Kim (310) 792-4791

Eメール：minsun.kim@harborrc.org

Vietnamese Parents of Disabled Children Association

Hội Phụ Huynh Việt Nam Có Con Em Khuyết Tật は、発達障害のある人のベトナム語を話す親、介護者、家族を対象に、年間を通して多くの研修や支援活動を提供しています。

電話番号：(562) 822-9100

メールアドレス：contact.vpdca@gmail.com

We Are Brave Together

障害や神経多様性（ニューロダイバーシティ）、その他の特別なニーズのあるお子さんを育てているお母さん向けに、サポートグループ、リトリート、情報・リソース、イベントなどを提供しています。

場所：対面およびオンライン

メール：hello@wearebravetogether.org

ウェブサイト：

<https://www.wearebravetogether.org/support-groups>

Being Built Together (BBT)

韓国語を話すご家族向けに、継続的な研修、イベント、およびサポートを提供しています。保護者、父親、きょうだい、そして「自己決定プログラム (Self-Determination Program)」の利用者を対象としたサポートグループも実施されています。

場所：対面およびオンライン

メール：contact@bbtus.org

ウェブサイト：https://www.bbtus.org/support-groups/

Carolyn Kordich Family Resource Center - スペイン語話者向けセルフ・アドボカシー

発達障害のあるお子さんを持つご家族を対象に、役立つ情報やリソースを提供する、スペイン語対応の月例サポートグループです。このグループの使命は、ご家族を支援し、エンパワメント（主体性の向上）を促すとともに、利用可能なサービスに関する情報を提供することです。参加には事前登録が必要です。

場所：Zoomによるオンライン開催

日時：毎月第1木曜日 午後5時

電話番号：(310) 325-7288

メール：salgado@ckfrcenter.org

Japanese-Speaking Parents Association of Children with Challenges (JSPACC)

ロサンゼルスを拠点とし、日本語を話す保護者や養育者を支援する団体。

場所：Little Tokyo Service Center（対面開催）

231 E. Third St. G-106, Los Angeles, CA 90013

連絡先：Connie Yamada (215) 505-2801 / Mariko

Magami (818) 625-5115

Eメール：info@jspacc.org

ウェブサイト：http://www.jspacc.org

Korean American Special Education Center (KASEC)

オレンジ郡およびロサンゼルス郡の保護者の皆様が情報を共有し、他の保護者とつながることができる「保護者エンパワメント・グループ」の場を提供しています。

場所：対面およびオンライン

電話番号：(562) 926-2040

メール：info@kasecca.org

ウェブサイト：https://kasecca.org/

アフリカ系アメリカ人家族のためのサポートグループ参加希望者募集

アフリカ系アメリカ人家族のためのサポートグループに関心はありませんか？ これは絶好の機会かもしれません。似たような道を歩む者同士、互いに支え合えるコミュニティを一緒に作りましょう。ハーバー・リージョナル・センター（Harbor Regional Center）の支援を受けている他のアフリカ系アメリカ人家族と、役立つ情報やリソースを共有し、コミュニティを築いていきたいと考えています。私自身も同センターの支援を受けている子供の親であり、アフリカ系アメリカ人家族のためのサポートグループを立ち上げるために、同じく同センターを利用しているご家族やケアギバーの皆様に参加を呼びかけています。

連絡先：Erica Cook (470) 225-0811

Eメール：cjealeen@gmail.com

Fiesta Educativa

自閉症、ダウン症、脳性麻痺、てんかん、知的障害などのある方々のためのサービスを利用するラテン系のご家族に向けた、情報提供、トレーニング、およびサポート。

場所：対面およびオンライン

連絡先：Irene Martinez / Laura Ruesga (323) 221-6696

ウェブサイト：https://fiestaeducativa.org/

Unidad y Fuerza

これは、発達障害と診断された子供を持つスペイン語を話す親、養育者、および家族のためのグループです。

場所: Zoomによるオンライン開催

日時: 毎月第4水曜日、午後6時～午後8時30分

連絡先: Martha de la Torre (電話: (562) 933-8045)

Better Days Integrated Programs (BDIPS) - ケアギバー・サポート・サークル

発達障害のある子どもの保護者を対象とした月例のサポートグループ「ケアギバー・サポート・サークル」を運営しています。

場所: 対面式

日時: 毎月第3木曜日、午後6時30分～午後8時

ウェブサイト: <https://www.bdips.org/group-therapy>

きょうだいへの支援

対面のきょうだい支援グループ

Village Sibshops/Sibling Support Projectは、カリフォルニア州レドンドビーチにて、6歳から14歳のきょうだいを対象とした四半期ごとのグループ活動を主催しています。

連絡先: (424) 390-0335

ウェブサイト: ourvillageslc.org/sibshops-sibling-supportgroups.html

California Sibling Leadership Network (CaliforniaSibs - 成人のきょうだい)

カリフォルニア州における、知的・発達障害者の成人きょうだいのためのコミュニティです。ピアサポート、権利擁護（アドボカシー）のためのツール、交流会の開催、メンタルヘルス専門家のリスト提供などを行っています。

場所: オンラインおよび対面

日時: 毎月開催

ウェブサイト: www.californiasibs.org

The Arc - 全米きょうだい協議会

知的・発達障害のある人のきょうだいを、全国の権利擁護活動、ピアサポート、各種リソースへとつなぎます。

場所: バーチャル

ウェブサイト: www.thearc.org/get-involved/siblings

きょうだいの活動家・アドボケートの方へ

www.siblingswithamission.org

きょうだい支援Facebookグループ

SIB TEEN (思春期のきょうだい向け)

www.siblingswithamission.org

SIB20 (20代のきょうだい向け)

www.siblingswithamission.org

SIBNET (成人のきょうだい向け)

www.siblingswithamission.org

Hermanos Capaces (スペイン語)

www.siblingswithamission.org

The Mission Project – きょうだいサポートグループ

知的・発達障害のある方の成人きょうだいを対象とした、オンライン・サポートグループです。経験を共有し、情報を交換し、つながりを持てる安心できる場です。

場所: Zoomによるオンライン開催

連絡先: Maslyn Allen

メール: m.allen@ku.edu

日時: 毎月第1月曜日

午後6時30分～7時30分

悲嘆サポート

The Compassionate Friends

子供を亡くした家族への支援を行っています。「コンパッションネート・フレンズ・オブ・ロサンゼルス (Compassionate Friends of Los Angeles)」は、全米規模のボランティア組織の一員です。メンバーは、愛する人を亡くすという深い悲しみを経験した親や祖父母、その他の家族たちです。

連絡先: (310) 474-3407

ウェブサイト: <https://tcfla.org/>

Our House (グリーフサポート)

地域社会に対し、グリーフサポート（悲嘆への支援）サービス、教育、リソース、そして希望を提供します。

連絡先: (310) 475-0299

ウェブサイト: <https://www.ourhouse-grief.org/>

Center for Grief and Loss of Children

所在地: グレンデール、パサデナ、サウス・セントラル・ロサンゼルス

生後8ヶ月～5歳のお子様、青少年、および大人の方: (310) 474-3407 までお電話ください。

スペイン語をご利用の方: (310) 559-7961 までお電話ください。

Taking Time

「Taking Time: South Bay」は、カリフォルニア州レドンドビーチを拠点とする非営利のグリーフサポート（死別に伴う悲嘆への支援）プログラムです。大切な人を亡くされた方々に対し、個別サポート、グリーフサポート・グループ、悲嘆や喪失に関する教育、さらなる支援やサービスへの紹介といった形でサポートを提供しています。所在地: 514 North Prospect Avenue, Suite L6

Redondo Beach, CA 90277

電話番号: (424) 634-1956

Eメール: info@takingtime.org

ウェブサイト: <https://www.takingtime.org/>

Didi Hirsch Mental Health Services - 10代向けグリーフグループ (13～17歳)

自殺により愛する人や友人を亡くし、悲しみを抱えている10代の若者を対象としたプログラムです。創造的な活動を通じて心のケアや対処法を学ぶ、全8回のオンライン・プログラムです。

場所: バーチャル

連絡先: (424) 362-2911

ウェブサイト: www.didihirsch.org

Didi Hirsch Mental Health Services - 死別サポートグループ (自死遺族、大人・10代)

自死で大切な人を亡くされた方（自死遺族）のためのピアサポートです。臨床専門職とピア（当事者）が共同で進行役を務める大人向けのグループや、オンラインで参加できる10代向けのグループがあります。

場所: 対面およびオンライン

連絡先: (800) 854-7771

ウェブサイト: www.didihirsch.org

その他のサポート

Allcove Beach Cities (親が離婚した若者へのサポート)

離婚した、または離婚を予定している親を持つ12歳から18歳の若者を対象としたサポートグループを提供しています。親向けのグループも同時に別室で開催されます。各グループは、離婚や人生の大きな変化、喪失（ロス）に関する経験や知識を持つ、有資格の専門家や訓練を受けたボランティアによって運営されています。

所在地: 514 North Prospect Avenue, 4th Floor
Redondo Beach, CA 90277

連絡先: (310) 374-5706

ウェブサイト: www.allcove.org/beach-cities.com

Parents of Murdered Children

暴力によって亡くなられた方々のご家族やご友人のために。

連絡先: (714) 647-7508

NAMI South Bay - ティーンライン 危機対応・ピアサポート

障害のある方やそのきょうだいを含め、メンタルヘルスの課題を抱える10代の若者を対象とした、電話やテキストメッセージによる無料のピアサポート。

Teen Line (ティーン・ライン) : (800) TLC-TEEN |
(800) 852-8336

テキストメッセージ: 「TEEN」と入力し 839863 へ送信

日時: 毎日 午後6時～午後10時 (太平洋時間)

ウェブサイト: <https://namisouthbay.org/support-and-education/support-groups/>

NAMI South Bay - 日本語サポートグループ

日本語を話す保護者や養育者向けの無料サポートグループ

日時: 月2回

連絡先: Takako Augustson (310) 882-0333

Eメール: contact@namijssg.org

ウェブサイト: <https://namisouthbay.org/support-and-education/support-groups/>

乳幼児突然死症候群 (SIDS) 保護者 サポートグループ

予期せぬ形で赤ちゃんを亡くされた親御さんが、同じ経験を持つ親御さんたちのコミュニティの中で、安心して過ごせる場所。

場所: Zoomによるオンライン開催

メール: sids-parent-support@googlegroups.com

または pennystastny@icloud.com

一般向けのお問い合わせ: (916) 558-1784

自殺・危機ホットライン (988)

「全米自殺予防ライフライン (National Suicide Prevention Lifeline)」は、自殺の危機や精神的な苦痛にある人々に対し、全米で24時間年中無休、秘密厳守で心のケアやサポートを提供しています。

連絡先／テキスト送信: 988

ウェブサイト: <https://www.988california.org/>

Cedars Sinai Medical Center - ティーン同士のホットライン

(310) 855-HOPE (4673)