

浜松市ひきこもり相談支援事業



ひきこもりとは？

さまざまな要因が重なって、社会参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を「ひきこもり」状態と定義します。

なんらかの理由で、周囲の環境に適応できにくくなった時に「ひきこもる」という現象が起きます。「ひきこもり」といっても近所への外出はできる人、自室からは出て家の外に出られない人などその様態には個人差があります。

浜松市ひきこもり地域支援センターは、このようなひきこもりのご本人やご家族の支援の専門機関として、浜松市精神保健福祉センター内に設置されています。



相談

まずは、ご本人やご家族から相談の申し込みをしてください。
相談員がご本人やご家族のお話を伺い、対応などいっしょに考えていきます。

<ひきこもり相談>

来所相談：予約制 精神保健福祉センターへご連絡ください。☎053-457-2709

ご本人支援

◆当事者グループ

「ゆきかき」の開催

毎月 おおむね2回（水曜日午後）

<活動内容>

- ・グループミーティング・散歩
- 創作活動 など

※見学など希望される方は精神保健福祉センターにご相談ください。

◆訪問支援・居場所支援

ご本人やご家族の状況により必要な場合は、自宅への訪問支援を行います。また自宅から出られるようになったご本人の居場所支援も、**ひきこもりサポートセンター「こだま」**に委託して市内に開設しています。

ご家族支援

◆家族教室の開催

年2回（3回1コース）

<内容>

- ・ひきこもりについて
- ・家族の接し方
- ・当事者や家族の体験談 など

※開催時期などは広報はままつでお知らせします。

当事者グループ・ゆきかきのマスコット、僕の名前は、ゆきだるまフロートさ！
ひとりで悩まずに、
まずは相談してみよう！



浜松市ひきこもり地域支援センター

※お問い合わせ・お申込みは浜松市精神保健福祉センターへ

●浜松市精神保健福祉センター

浜松市中区中央1丁目12-1 県浜松総合庁舎4階



053-457-2709

●ひきこもりサポートセンターこだま

浜松市中区中央1丁目13-3

ウイステリアE-one3F 浜松市若者コミュニティサ`内



053-453-8744