

ひきこもりに関する相談会



～ 当事者や家族が安心してすごせるために無料で相談できます ～

真岡市では、真岡市にお住まいの18歳以上の方のひきこもり相談会を開催しています。研修を受けた、ひきこもりサポーターがご本人やご家族からお話をお聞きし、家族みんなが、自分らしい生活を送れるよう一緒に考えます。

出口がみえないひきこもり…。ひきこもりには段階があり、あせらず自己肯定感を育て自立していくことが必要です。ゆっくり相談を進めていきましょう。

☑ひきこもりってどんな状態？

- 普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する
- 普段は家にいるが近所やコンビニなどには出かける
- 自室から出るが、家からは出ない
- 自室からほとんど出ない



●相談会日程

4月21日	木
5月19日	木
6月16日	木
7月21日	木
8月18日	木
9月15日	木
10月20日	木
11月17日	木
12月15日	木
1月19日	木
2月16日	木
3月16日	木

◎時間：完全予約制（各1時間）

- ①午前10時 ②午前11時
- ③午後1時 ④午後2時

※開始5分前までにお越しください。

◎場所：真岡市総合福祉保健センター

※お部屋が日程によって異なるため（心配ごと相談室、ボランティア室、市役所社会福祉課）、お申込み時にお伝えいたします。

◎持ち物：筆記用具

※本人の状態がわかる検査結果などをお持ちの場合は持参ください。



※この相談会は、個人情報や相談内容などの秘密は厳守されますのでご安心ください。また、相談料金は無料になります。

お申込み・お問合せは 社会福祉課障がい福祉係（電話 83-8129）まで