

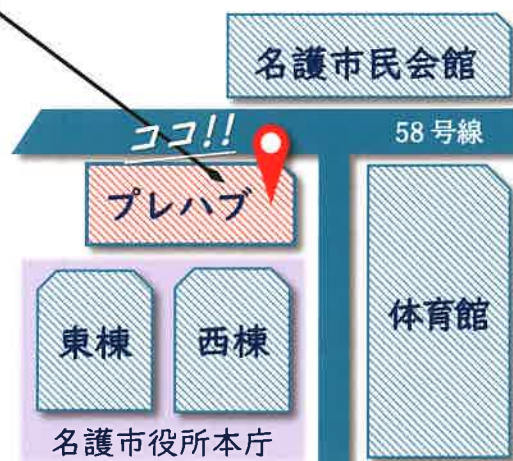
ひきこもり相談窓口(名護市)

くらしと仕事の応援センター

「さぼんちゅ」

名護市役所 生活支援課 生活サポート係

所在:名護市役所 西側プレハブ



◆電話番号

TEL:0980-53-1212

(内線244)

◆(土日・祝祭日・年末年始等除く)

※名護市にお住まいの方は
ぜひ、さぼんちゅまで!!

支援について

- ◆自宅訪問
- ◆個別ワーク
- ◆家族支援
- ◆他関係機関での面談・訪問
- ◆他…

希望者は「さぼんちゅプログラム」の利用もできます

- ◆パソコン練習
- ◆ボランティア活動
- ◆文字書き練習
- ◆企業実習
- ◆他…

特殊な技能は必要ありません。
自分のペースでできます。

ひきこもりについて

相談できる場所があります。

ひきこもりは、
誰にでも起こりえます。
悩みや苦しみを
抱え込む前に、
あなたのタイミングで、
お気軽に
ご相談ください。



名護市
相談窓口の情報は裏面にあります。

ひきこもりに関する

Q.どんな相談をすればよいですか？

—— まずは、些細なことでもなんでも、安心して相談してください。ご本人や家族に寄り添いながら、お話をお聞きします。

今は働いてなくて家にいる、近所のコンビニなどには出かけるが、普段は家にいる。長年外に出ていないなど、お一人お一人の状況に応じて、必要とする支援をご紹介します。

あなたが一步を踏み出したいタイミングで、「お悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでもお聞かせください。

Q.対象年齢はありますか？

—— 年齢制限はありません。

ひきこもりについて気になる方は、何歳の方でもご相談いただけます。

Q.家族が相談してもいいのですか？

—— ご家族の方もご相談ください。

ご家族はひきこもりで苦しんでいる本人にとって、一番身近な支援者です。

ひきこもりの状態にある方や そのご家族へ

ひきこもりの状態にある方や、そのご家族は、それぞれ異なる経緯や事情を抱えています。生きづらさと孤立の中で日々葛藤していることに想いを寄せながら、時間をかけて寄り添うことが必要です。

誰にとっても、安心して過ごせる場所や、自らの役割を感じられる機会があることが、生きていくための基盤になります。ひきこもりの状態にある方やそのご家族にとっても、そうした場所や機会を得て、積み重ねることが、社会とのつながりを回復する道になります。

ひきこもりの状態にある方やそのご家族は、悩みや苦しみを抱え込む前に、さぼんちゅ相談窓口やひきこもり支援センター、また、ひきこもり状態にある方が集う団体や家族会の扉をぜひ叩いてください。

北部不登校・ひきこもりを考える会

ひきこもりを抱える
家族同士の話し合いの場です。

- 毎月：第3木曜日
午後7：00～9：00
- 北部保健所 2階
(北部福祉事務所)

連絡先：代表世話人
親川 (090-4514-7984)