

あなたのペースで、 ゆっくりと。

-ひきこもりの方のための、もう1つの居場所づくり-

詳細 生活支援課 ☎ 058-383-2124

「ひきこもり」とは

ひきこもりとは、「社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、さまざまな理由によって生きづらさを抱えている状態の人」を言います。

家から出られない人、図書館やコンビニなど他者と会話をしない形で外出をしている人など、さまざまです。

15歳～64歳のひきこもりの人は、全国に約146万人（約50人に1人の割合）いると推計されています。市内に換算すると、約1,800人がひきこもり状態にあると考えられます。

誰にでも起こりうる ひきこもり

ひきこもりになる背景には、生活環境や心的外傷となる体験など、人それぞれ理由があります。決して怠けや反抗ではなく、困難な状況に精一杯対処しようとした結果、「心」と「体」のエネルギーが枯渇したことが要因と考えられます。そのため、ひきこもりは特別なものではなく、誰にでも起こりうるものです。

市は、ひきこもりの人に、無理なく一歩踏み出すきっかけを作るため、相談窓口や居場所づくりなど、さまざまなサポートを行っています。

相談窓口

「この状態がずっと続くのかな」、「将来が心配」など、ひきこもりに関する不安や困りごとについて、電話やメール、対面のほか、ご自宅での訪問相談も行います。

生活相談センター さぽーと

期日 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）
時間 8:30～17:15
場所 総合福祉会館2階（那加桜町2）
対象 15歳（中学卒業後）以上とその家族など
申込・詳細 メール sapo-to@kakamigahara-shakyo.jp または電話、直接、市社会福祉協議会内生活相談センター さぽーと ☎0120-198-365

教育センター すてっぷ

期日 火～土曜日（祝日、年末年始を除く）
時間 9:00～17:00
場所 中央図書館4階（那加門前町3）
対象 市内在住の、年長以上の児童生徒とその保護者など
申込・詳細 市ウェブサイト内専用フォームまたは電話、直接、教育センターすてっぷ ☎058-383-7290

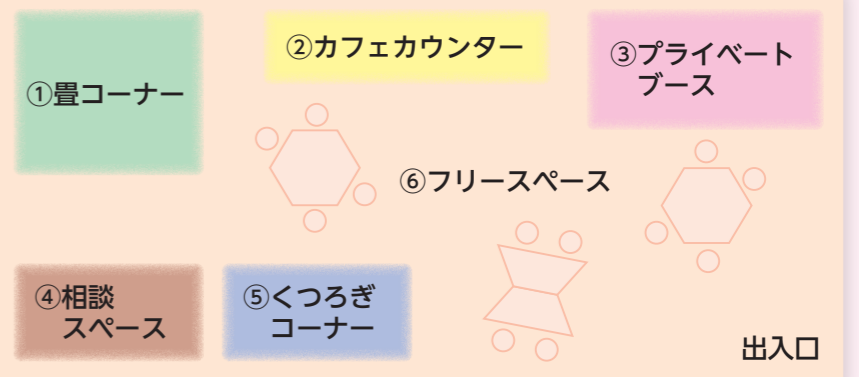


つなぐのお部屋

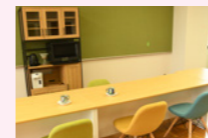
「つなぐのお部屋」は、無理に話さなくてもいい、自分のペースで、安心して過ごせる居場所です。
また、月に一度、工作や体験などのイベントを行います。気軽にお越しください。

利用案内

- **期日** 月・水・金曜日（祝日、年末年始を除く）
- **時間** 13:00～17:00
- **場所** 総合福祉会館2階（那加桜町2）
- **対象** 市内在住の15歳（中学卒業後）以上の方



① **畳コーナー**
畳の上で本を読んだり絵を描いたりできるスペースです。



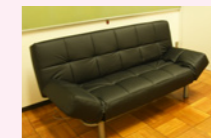
② **カフェカウンター**
飲み物を飲みながら、ホッとできるスペースです。



③ **プライベートブース**
ひとりでも無理なく、自分の好きなことをして過ごせるスペースです。



④ **相談スペース**
不安なことや聞いてほしいことなど、何でも相談できるスペースです。



⑤ **くつろぎコーナー**
ソファベッドで、のんびりした時間を過ごせるスペースです。



⑥ **フリースペース**
会話をしたり、ひとり時間を過ごしたりできるスペースです。

スケジュール

- | | | | |
|-----|--------------------------------|-----|---|
| 6月 | 15日（月）14:00～
キーホルダーを作ろう | 11月 | 16日（月）14:00～
イチョウがきれいな
学びの森でピクニック |
| 7月 | 13日（月）14:00～
写真たてを作ろう | 12月 | 21日（月）14:00～
クリスマス会「スポンジケーキ
をデコレーション」 |
| 8月 | 17日（月）14:00～
冷たいデザートを作ろう | 1月 | 18日（月）14:00～
ゲーム交流会 |
| 9月 | 14日（月）14:00～
勉強会「お金の貯め方使い方」 | 2月 | 15日（月）14:00～
かぞくのつどい |
| 10月 | 19日（月）14:00～
かぞくのつどい | 3月 | 15日（月）14:00～
おいしいコーヒーの淹れ方講座 |

毎月
最終金曜日は
「カフェ」を
開催!