

ひきこもり支援センターの活動

◎ひきこもりとは

厚生労働省の定義などを参考にすると、自宅にひきこもって学校や仕事に行かずに、家族以外との親密な対人関係がない状態が6ヶ月以上続いている状態を指します。

ストレスが大きすぎて、こころやからだが疲労し、自分の力ではどうにもならなくなったとき、その環境から避難して、消耗した心を守り、一時的な安定を得ようしている状態とも言われます。(ただし、精神疾患や発達障害、知的障害が関係している場合もあります。)

◎ひきこもりからの回復のために

まずは、「安心・安全な環境」でゆっくり休むことと、「理解してくれる人」が必要です。そして、十分にエネルギーが回復してから、ゆっくりと、自分のペースで段階を進んでいくことが大切です。

◎早めのご相談を

心身のケアだけでなく、生活や活動、人や社会とのつながりなど、自分らしいあり方を一緒に悩み、考えていきたいと思っています。



来所・電話相談のご案内

ご本人、ご家族などから電話で相談をお受けします。面接を希望される方は予約制です。事前にお電話ください。相談は無料です。

日時：月曜日から金曜日
祝日および年末・年始を除く
午前9時から午後4時まで

相談
受付

077-567-5058

関係者の方々からの相談もお受けします。内容に応じてほかの機関をご紹介します。個人の秘密は固く守ります。



研修会・講演会の開催

当センターでは、ひきこもりや子ども・若者(思春期・青年期)の支援に関する各種研修会や、一般県民対象の講演会を行っています。詳しくはお問い合わせ下さい。

ホームページアドレス

☞<http://www.pref.shiga.lg.jp/e/seishinhoken/>

Twitter アカウント

☞@Shiga_Hikisen



<ホームページ>



<Twitter>



グループのご案内

◆ご家族向け

- ・ひきこもり家族学習会
- ・思春期家族交流会
- ・摂食障害家族交流会

◆ご本人向け

- ・アンウインドアンウインド(居場所)
- ・「作業しませんか」(畑・事務作業)
- ・「ゆるさ〜」(居場所)
- ・スウィーティースウィーティー(女子会)

●詳しくは、センターまでご相談ください。



地域のサポート

各市町のひきこもり支援に関して、「ひきこもり支援専門家チーム」を派遣したり、当センターの職員がケース会議に参加したりします。



子どもが学校に
行きにくくなって…

どう声をかけたら
いいのか…
わからない



なかなか一歩
が踏み出せない

人とのかわり
がなんとなく
苦手…



一人で悩まずに、
ひきこもり支援センターに
ご相談ください。
一緒に考えていきましょう。



作成日：令和2年6月1日

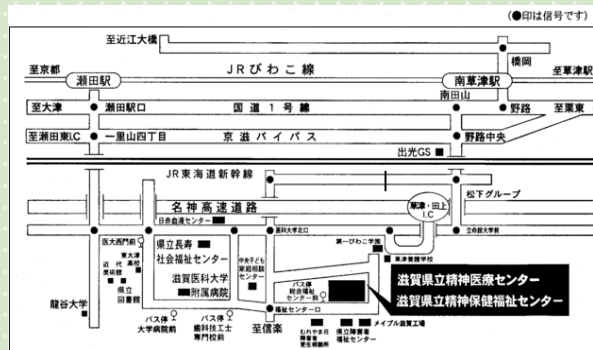
イラスト：いしかわみき

ご相談・お問い合わせは

077-567-5058

滋賀県ひきこもり支援センター
(滋賀県立精神保健福祉センター内)
〒525-0072
滋賀県草津市笠山八丁目4番25号

【アクセス】



◆JR 瀬田駅から

バス 滋賀医大方面行き（約15分）
『大学病院前』下車 徒歩10分
タクシー 約15分

◆JR 南草津駅から

バス 草津養護学校行き（約30分）
『総合福祉センター前』下車 徒歩1分
タクシー 約10分

◆名神高速道路

草津・田上ICから 約5分



滋賀県

ひきこもり支援 センター



ひきこもり子ども・若者（思春期・青年期）に関する相談をお受けします。