

おひとりで悩まず まずはご相談ください こころゆるび ～ひきこもり支援～

稲沢市社会福祉協議会ではひきこもりサポート(支援)を【こころゆるび】と名付けました。

【こころゆるび】とは心の緊張を解くという意味があります。

ひきこもり状態になる背景や理由は様々です。

ご本人、ご家族一人一人の心に寄り添い丁寧にお話をお聞きします。

ご本人の困りごと

- ・外に出るきっかけがない
- ・一歩踏み出すのが怖い
- ・どうしたらいいかわからない
- ・すぐに働くことはできない

ご家族の困りごと

- ・子どもがひきこもりかもしれない
- ・このままだと将来が心配
- ・子どものひきこもりをどこに相談したらいいかわからない

支援内容

【ご本人】

- ・まずは丁寧にお話をお聞きします。
話したいこと、話せることから大丈夫です。
- ・お気持ちの整理や、何から始めていくかなど一緒に考えます。

◆支援例：面談、訪問、散歩、ボランティア活動参加、病院同行、就労準備支援
当事者会の開催 など

※当事者会とは・・・ひきこもり状態にある当事者同士で集まる場です。
詳しくはお問い合わせください。

【ご家族】

- ・まずはご本人のこと、不安に思っていることなどお聞かせください。
- ・ご本人は支援に消極的でもご家族だけの相談も可能です。
- ・ご本人との関わり方、今後のことなど一緒に考えていきましょう。

◆支援例：面談、訪問、家族教室・家族交流会の開催 など

※家族教室とは・・・ひきこもりの子を持つ親などの家族が参加できる会です。
詳しくはお問い合わせください。



お問い合わせ先

稲沢市社会福祉協議会 福祉総合相談窓口

稲沢市稲府町1番地 稲沢市役所東庁舎1階

☎ 0587-32-1484 メール: 294soudan@inazawa-shakyo.or.jp

LINE 右記QRコードからご連絡ください

