

岐阜県

# ひきこもり支援 ガイドブック



「清流の国ぎふ」  
マスコットキャラクター  
ミナモ

岐阜県ひきこもり地域支援センター  
(岐阜県精神保健福祉センター)



## はじめに…

岐阜県精神保健福祉センターでは、従来からひきこもりご本人やご家族を対象とした個別相談やグループミーティングを実施してきました。しかし、ひきこもりはひとつの相談機関だけでなく、地域全体で考えていく必要があるため、その体制を構築するために平成28年6月に岐阜県精神保健福祉センター内に「岐阜県ひきこもり地域支援センター」を開設しました。

当センターは、県内唯一の公的なひきこもり相談窓口として、これまでのご本人やご家族への支援のみならず、ひきこもり相談支援に携わる関係機関の皆様とともに、ご本人やご家族のよりよい支援が行えるよう、県内の支援体制づくりの役割を果たせるよう努めてまいります。

今回、このガイドブックは、ひきこもり相談支援に取組まれている各支援機関から、活動内容について情報提供いただいたものを掲載していますので、ひきこもりに悩む方々に、相談窓口や支援が受けられる機関の情報をお届けするものとして、支援機関の方々へは、各支援機関の情報共有や相互理解に役立つものとして、ご活用いただければと思います。

ひきこもりは、複合的な問題を抱えていることが多く、多機関の連携や協働が欠かせません。さらに、「8050問題」と言われるように、ひきこもりが長期化し、ご本人と支えるご家族の高齢化や地域の中での孤立や経済問題等、課題に即した支援が求められています。各支援機関の特性を生かし、つながりある支援を継続的に提供することで、ひきこもりに悩むご本人やご家族の不安の軽減や回復の一助になれば幸いです。

最後に、各支援機関の皆様におかれましては、本ガイドブック作成にあたり、情報提供等をご協力いただきましたことを、この場を借りて厚くお礼申し上げます。

岐阜県ひきこもり地域支援センター  
(岐阜県精神保健福祉センター)



# 目次

1 このガイドブックを手にした ご本人ご家族の方へ	1
2 ひきこもりに悩むご本人へ	2
3 ひきこもりに悩む方と暮らすご家族へ	3
4 ひきこもりに悩む方から相談を受けた時には	4
5 このガイドブックに掲載している機関・団体、使用している用語について	6
6 ひきこもり支援団体の紹介	7
・NPO法人 チュラサンガ	7
・NPO法人 仕事工房ポポロ	9
・こもれびぎふ	11
・NPO法人 コミュニティサポートスクエア	13
・NPO法人 SIS (その人らしさを支える会)	15
・子どもの人権ネットワーク・岐阜	17
・NPO法人 つむぎの森	19
・西濃地域ひきこもる子どもを持つ家族会	21
・りんご倶楽部	23
・NPO法人 結び場	25
・NPO法人 生活支援ネット・ぐじょう	27
・BAKETSUの会	29
・アンダンテ実行委員会	31
・あゆむ会	33
・岐阜オレンジの会	35
7 岐阜県内の相談窓口	38
ひきこもり地域支援センター（精神保健福祉センター内）、保健所、岐阜県青少年SOSセンター、子ども相談センター、発達障害者支援センターのぞみ、24時間子供SOSダイヤル、教育相談ほほえみダイヤル、ぎふ法務少年支援センター、岐阜県若者サポートステーション・飛騨高山サテライト、ハローワーク、警察（警察安全相談）、少年サポートセンター、岐阜県生活支援・相談センター（岐阜県社会福祉協議会）、市町村・社会福祉協議会	

# 1 このガイドブックを手にした ご本人ご家族の方へ

ひきこもりに悩むと「どこに相談したらよいかわからない」という最初の一步でつまずき、相談に行けず時間だけが過ぎていくことが多いのではないのでしょうか。

このガイドブックは、ひきこもりに悩むご本人やご家族に相談できる窓口をお知らせすることを目的に作成しました。

掲載された機関に相談し、なかなか打ち明けることのできない「ひきこもり」について、少しお話しするところから始めてみませんか。

## 「ひきこもり」とは…

「ひきこもり」とは、さまざまな要因の結果として、就学、就労等の社会参加を避けて、原則として6ヶ月以上にわたって家庭にとどまり続けている状態を言います。

つまり、①6ヶ月以上社会参加していない、②精神障がい第1の原因としない、③外出していても対人関係がない、の全てに当てはまるような状態を指します。ですので、コンビニや自分の趣味のための外出ができる場合もありますが、家族以外の人との対人関係は難しいことが多いです。

ひきこもりは、「怠けている」訳でも、「甘えている」訳でもありません。ひきこもっているご自身もその現状に苦しんでいる方が多いと思っています。また、ご家族も、ご本人にどう接していけばよいのか、悩んでいらっしゃるのではないのでしょうか。まずは、ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談いただければと思っています。

## 2 ひきこもりに悩むご本人へ

まず、このガイドブックを手にとってくださり、そしてこのページに目を通してくださり、ありがとうございます。まずは、ぱらぱらと眺めるだけでも見てもらえたらと思っています。

今、お一人でいろんな不安を感じていらっしゃるのではないのでしょうか。私たちは、今より少しでも楽になれるお手伝いができればと思っています。

このガイドブックに掲載した機関は、様々な支援方法を提供しています。それぞれの特色などもあると思います。このガイドブックの中に、あなたを少し楽にしてくれる機関との出会いがあることを祈っています。



### 3 ひきこもりに悩む方と暮らすご家族へ

#### ～同じ悩みを抱えたご家族からのメッセージ～

子どもはひきこもり始めて約10年になります。精神保健福祉センターに相談して6年経ちました。

不登校になった当時は、学校に行かないことに対して、「どうして?」、「何故?」と思いつめ、イライラしていました。また、子どもが暴言を吐いていた頃は暴力を振るわれるんじゃないか心配する気持ちと、私が追いつめたら子どもが死んでしまうかもしれないという気持ちから、何も言えない時期もありました。

当時は、私自身余裕もなかったので、「もういいよ」、「休んだら」と言えませんでした。また、当時は私自身の葛藤が強く、何かにすがる思いで民間の心の相談機関を利用したこともありました。

一時期、学校や就労の兆しが見えた時には、私自身が焦り、余裕がなかったため私が就職先を探したりチラシを渡したり、人材チャレンジセンターに付き添う・送迎など就職活動に取り組んだりしましたが、子どもに「僕には重すぎる」と言われてしまいました。一緒に精神科通院もしましたが、子どもは経過を聞かれることが嫌になって続きませんでした。

6年前に精神保健福祉センターに相談に行き、グループミーティングに参加するようになりました。同じ立場の家族同士で話をしたり、学習することで、不安や焦りが軽減していったように思います。母自身、子どもを責め過ぎたなど今までの事を反省し、子どもや周りの人に優しくできる、話が聞けるようになったと思います。その後、子どもが本音で会話をしてくれるようになりました。母が勉強した事を子どもに伝えると安心した表情をみせてくれました。今思うと、早くひきこもりを受け入れられることは、お互い(親と子)の回復のためには必要なんだと思います。

現在、精神保健福祉センターのグループミーティングを利用していますが、疲れてしばらく休んでいた時期もありました。休むことも必要だと考えていますが、親自身が諦めたらダメだと思っています。子どもにも支援機関につながって欲しいのですが、まず親がつながっている事が大切だと思っています。支援機関と次第に疎遠になる方もいると思いますが、精神保健福祉センターでなくてもどこかの支援機関とつながっていればいいのではと思います。

(当センター利用中の30代男性のご家族より)



## 4 ひきこもりに悩む方から相談を受けた時には

岐阜県ひきこもり地域支援センターには毎日多くのひきこもりに関する相談が寄せられます。ほとんどの場合は家族からの相談です。家族から寄せられる相談を伺うと、「怠けている」「やる気がない」「自立しようとしない」「三食昼寝付きの優雅な生活」など、ひきこもりに対しての批判的内容が散見されます。

自分たち親ばかりが四苦八苦して何とか自立させようと立ち回っているのに、当の本人はどこ吹く風で楽をしていると言います。

しかし、自宅から出ない生活が楽という印象はなかなか持てませんでした。窮屈そうで、自分ならイヤだなと思いました。そこで、ある時、「もしかしたら、わたし達もひきこもってみれば、本人がどう感じているかが少しだけ分かるかも知れませんね」と家族に話してみました。多くの家族はこの提案に対して、「とんでもない。1日中家に閉じこもって、仕事も勉強もしないで、人とも会わず、食べて寝るだけなんて、わたしにはとても無理な話です」と返答しました。

これを聞いて、「ああ、本当は本人の辛さの一端を分かっているんだな。ただ、現状にやるせないんだな」と理解できたのでした。自分が大切にしているものの多くを無くしたままでひきこもっている事を家族ははっきり自覚していても理解はしているのです。

それからは、つながりを大切にする関わりを家族には勧められるようになりました。ひきこもり当事者が社会への助けを求められずに社会との関係を閉ざすように、家族も同様に社会との関係を狭めていきます。ですから、まずは家族と社会とのつながりを取り戻すことが大切になります。そして、家族と本人とのつながりを取り戻し、最終的に本人と社会とのつながりを取り戻すことを目標にしています。

ひきこもり当事者が抱える個別具体的な情報を知りつつも、大まかな傾向としての開始段階・ひきこもり段階・社会との再会段階という段階ごとの傾向を知ることも有用です。

とかくひきこもりの原因を探りたがる傾向は各家庭多いのですが、それは家族の自責感の増大か、当事者の自己責任論に押し込められる傾向があります。

当事者が抱える荷物を少しだけ軽くする小さな方法を共に探していく方が当事者にとっても家族にとっても前向きになりやすいと思います。

ただ、ひきこもり当事者の動向だけを見つめていたのでは息が詰まります。

同じようにひきこもり当事者も息が詰まってしまうでしょう。お互い息が詰まらないように、家族は家族で自分の時間と場所を持つことが大切です。自分の楽しみを持ち、困りごとを支援者に話す事を家族には是非ともお勧めします。

ただし、病気かどうかの判断は重要です。病気が原因であれば、治療で状態が改善する可能性が高いからです。ですから、一度は医療機関へ相談に行く事を勧めます。当センターでも医師との相談を行っていますし、保健所や市町村保健センターでは心の相談として精神科医との面談が定期的開催されています。

以上のように、家族の相談役になれる事を支援の第一として当センターでは日々の活動を行っています。日々の相談の中では、色々な情報を当事者にさりげなく提供していく事も大切になります。その一助として、本ガイドブックを活用いただければと思う次第です。



## 5 このガイドブックに掲載している機関・団体、 使用している用語について

### ◎掲載している機関・団体について（令和2年1月時点）

このガイドブックに掲載してあるのは岐阜県内の支援機関です。

民間の支援機関については、具体的な支援内容についても記載してあります。

「支援内容」については、実施しているもののみを記載してあります。公的機関については、その支援機関の機能を中心に掲載しております。

### ◎使用している用語について

- ・面接相談… 支援機関において、支援者と顔を合わせて相談ができません。
- ・カウンセリング… 支援機関において、支援者によるカウンセリングが受けられます。
- ・電話相談… 電話で支援者と相談ができます（メール、Faxも同様）。
- ・訪問支援… 支援者がご自宅を訪問し、ご本人・ご家族の相談に応じます。
- ・外出同行… ご本人の外出に支援者が付き添います。
- ・居場所提供… ご本人の家庭以外でのホッとできる場所であったり、同じような悩みを抱えた方との交流の場です。
- ・共同生活… 支援機関にて、共同生活を行うことができます。
- ・職場体験… 就業の練習として、仕事に慣れる場を提供します。
- ・就労支援… 就労に向けた支援を行います。
- ・親の会・家族会… 同じ悩みを抱えるご家族の交流の場を提供します。
- ・ニュースレター… 支援機関からの情報発信として、広報誌等を発行します。
- ・学習支援… 主に学齢児を対象として、学習の支援を行います。

## 6 ひきこもり支援団体の紹介

名称	① NPO法人 チュラサンガ	
連絡先	住所	〒501-0104 岐阜市寺田852番地 円成寺内
	電話番号	058-253-9350 090-4114-6629 (工藤)
	F a x	058-253-9350
	問合・受付時間	24時間対応します。
	eメール	—
	ホームページ	<a href="http://culasamga.ec-net.jp/">http://culasamga.ec-net.jp/</a>
支援方針 活動内容	<p>今の競争社会で作り出された勝ち負け、上下、優劣の世界の差別から来る「こだわり」「不安」を超え、大自然の「異なったままで同じ」の世界に気づくとき、周りを気にせず、「痛み」「喜び」を共感できる安らかなる人生が開けてきます。</p> <p>引きこもりの青壮年や、不登校・精神障がいと言われる人たちの社会復帰の現状を開開すべく活動しています。</p> <p>今、ほとんど仕事についていない方がのびのびと働き、外出して暮らすことは、その地域の活性化に役立つことと考えます。より幅広い皆様の協力をお願いします。</p>	
開所時間	活動内容によります。	
利用手続き	ひとまずお電話ください。	
利用料	「支援内容」をご参照ください。	
対象者 (年齢・地域など)	ひきこもりに悩む・人生につまずいた方であればどなたでも大丈夫です。	
スタッフ情報	理事に2人僧侶がいます。他に農業スタッフが5名います。	
利用状況	平均10名程度です。	
交通機関	岐阜バス 曾我屋線「合渡小学校前」下車 徒歩2分	
駐車場	あります。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談		
カウンセリング	○	1時間 1,500円
電話相談		
メール相談		
訪問支援		
外出同行		
居場所提供	○	9:00~17:00 (基本) 詳しくはお問い合わせください。
共同生活	○	1日 1,000円 (1部屋 6帖、自炊)
職場体験	○	農業体験、福祉体験など
就労支援		
親の会・家族会	○	毎月第1日曜日 13:00~16:00
ニュースレター		
その他	○	学習支援:土曜日 9:30~11:30

## 支援者からのメッセージ

比較や競争からは一旦離れ、ピースフルに生きましょう！  
ホームページも是非ご覧ください。

名称	② NPO法人 仕事工房ポポロ	
連絡先	住所	〒502-0812 岐阜市八代3丁目27-8
	電話番号	058-337-0701
	F a x	058-337-0728
	問合・受付時間	火・金 10:00～16:00 時間外 090-7432-9158 (中川)
	e メール	info-popolo@qc.commufa.jp
	ホームページ	http://www.facebook.com/shigotopopolo/ (FB)
支援方針 活動内容	<p>外に出るきっかけがほしい、でも人との関わりが苦手、人が怖い…そんな人たちに会いと仲間づくりの場を提供し、人間関係の肯定的なつながりの一歩にしてほしいと願っています。そして、はたらき方の体験や仕事づくりを通して、ご本人の役立ち感と自信の回復を目指しています。</p> <p>【活動内容】フリースペース（居場所の提供）、様々なイベントへの参加、風のたよりプロジェクト、家族会、ラルジュ（女子会）、多様なネットワークづくり、就労準備支援、相談活動（来所、訪問、手紙、メール等）、ニュースレター発行、等</p>	
開所時間	火・金 11:00～15:00	
利用手続き	まずは、ご相談ください。見学は随時。	
利用料	原則として無料。ニュースレター購読は年間3,000円（送料込み）。ただし、収入のない当事者、経済的困窮家庭は無料で。	
対象者 （年齢・地域など）	10代～40代、50代程度。地域的限定はありません。県外のメンバーもニュースレター等でつながっています。	
スタッフ情報	当法人の理事9名中、元当事者が5名。年齢は30代～60代。	
利用状況	フリースペース開所時間には、多様な人が三々五々集まり、お話をしたり、作業やスタッフの手伝いをして過ごしています。土、日に多いイベントにもコーヒーや物品販売などに出かけています。	
交通機関	岐阜バス 高富方面行「下岩崎」下車 徒歩1分	
駐車場	あります。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	
カウンセリング		
電話相談	○	
メール相談	○	
訪問支援	○	
外出同行	○	
居場所提供	○	毎週火、金曜日 11:00~15:00
共同生活		
職場体験		
就労支援	○	
親の会・家族会	○	参加費 200円
ニュースレター	○	毎月1回発行 年間3,000円(送料込み)、1部 300円
その他	○	学習支援:毎週月、水曜日、金曜日の17:00~21:00

## 支援者からのメッセージ

ひきこもる人たちの問題は、大きな社会的な問題です。私たちは、誰もが人との豊かなつながりの中で生きる権利があり、幸せに生きられる社会を願っています。私たちは、ひきこもる人を何とかしてあげようというわけではありません。私たちが関わる若者たちの多くは、働きたいし、人の役にも立ちたいとも思っています。問題は、使い捨て労働やブラックな働き方、低賃金、長時間労働などに象徴されるように、社会が若者たちの活躍できる場をつくれてこなかったことにあると考えています。これは、大きな社会的損失です。高齢化社会の中で、若者たちの力を借りることなくして社会は持続できません。若者たちが希望を持ってない社会に未来はありません。そのために私たちの取り組みは、若者たちが生き生きと活躍できる社会づくりへのモデルと思っています。ぜひ、みなさんの力を私たちに貸してください。いっしょに歩んでいきましょう。

名称	<b>③ こもれびぎふ</b>	
連絡先	住所	〒500-8158 岐阜市田神4-1
	電話番号	058-246-0839、090-4260-7227 (白木)
	F a x	058-246-0839
	問合・受付時間	年中無休・24時間対応
	eメール	shiraki-yukiko@mvg.biglobe.ne.jp komorebi.gifu@gmail.com
	ホームページ	<a href="http://hsc-gifu.jimdo.com/">http://hsc-gifu.jimdo.com/</a>
支援方針 活動内容	ひきこもり支援相談士が訪問支援（アウトリーチ）を中心に不登校・ひきこもりの当事者とその家族に第三者として寄り添い、共に展望を開いていくと共に必要に応じ居場所の紹介を行います。又、幼児・学童期からの子育て支援活動を企画・実施しています。 (仕事体験・異年齢交流体験等)	
開所時間	年中無休、24時間対応	
利用手続き	お電話、メールでお問い合わせください。	
利用料	面接・訪問サポートは3,000円（1時間）、交通費別途 *個別事情により相談に応じます。 *初回面接・訪問、電話相談は無料	
対象者 (年齢・地域など)	岐阜県を中心とした東海地区の方。年齢は問いません。	
スタッフ情報	ひきこもり支援相談士・心理療法カウンセラー 不登校児対応アドバイザー	
利用状況	ご家族からのご相談を多くいただいています。	
交通機関	ご利用者様の都合のよい所に出かけます。	
駐車場	中央青少年会館、メディアコスモスなどで面接します。それらの駐車場は利用可能です。	



## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	要予約です。日時や場所は相談して決めます。
カウンセリング	○	要予約です。
電話相談	○	24時間対応しています。
メール相談	○	24時間対応しています。
訪問支援	○	面接相談後、日時を決めます。
外出同行	○	要予約です。
居場所提供	○	郡上市八幡町小那比に居場所「 <small>たの</small> 道」があります。
共同生活		
職場体験	○	居場所にて喫茶店体験を行います。
就労支援		
親の会・家族会	○	不定期に実施しています。
ニュースレター		
その他		

## 支援者からのメッセージ

ひきこもり、不登校の当事者が自力で生活できるスキルを身につけ、心身ともに自立することを目標に、ご本人支援・ご家族支援を行っています。  
ご家族にとっても安堵できる生活となるように共に考えていきます。

ひきこもり・不登校は一日も早い対応が求められます。  
勇気を持って、まずはご連絡お待ちしております。

名称	④ NPO法人 コミュニティサポートスクエア	
連絡先	住所	〒502-0002 岐阜市栗野東5丁目244番地 (コミュニティ・カフェわおん)
	電話番号	058-237-1661 (わおん)、058-201-1678 (わがやん)
	F a x	058-201-1678
	問合・受付時間	電話は出られる時は対応します。メールのご利用をお勧めします。
	e メール	sugiura@cafe-waon.com
	ホームページ	http://cafe-waon.com/ (コミュニティ・カフェわおん)
支援方針 活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・若者を中心とした市民の孤立、孤独の予防と社会参加の機会の提供を勧めています。</li> <li>・喫茶わおん、コミュニティ・ハウス「わがや'nわおん(わがやん)」</li> <li>・焼きそばや石焼きいもの露店販売の体験。</li> <li>・「サテライトわおん」(岐阜市中央青少年会館)での月1回の交流会等、詳しくはお問い合わせください。</li> </ul>	
開所時間	わおん：月～金 8:30～14:30 わがやん：月～金 15:00～21:00	
利用手続き	面談により、適切な関わりを決めます。	
利用料	入会金1,000円、年会費5,000円 ご入会の方には、わおんチケット1冊(3,500円相当)を進呈しております。 (支援に関する費用は設定していません)	
対象者 (年齢・地域など)	生活困窮家庭の子どもの学習支援：小4～中3 就労、経済的自立を中心とした支援：16歳～	
スタッフ情報	10年以上若者の就労自立支援に関わってきた者が理事長他、一般の民間人、ボランティア等	
利用状況	学習支援：10名弱の小中学生 自立支援：20代～40代が3～5名程度	
交通機関	わおん：岐阜バス高富線「栗野口」下車 約100m わがやん：岐阜バス高富線「栗野」下車 約300m	
駐車場	わおん6台、わがやん2台	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	予約が必要です。利用料は無料。
カウンセリング		
電話相談	○	随時。
メール相談	○	随時。
訪問支援		
外出同行		
居場所提供	△	子ども食堂：月・水・金 17:00～わがやんにて。年齢制限なし。 OK食堂：隔週火曜日 17:00～わおんにて。年齢制限なし。
共同生活		
職場体験	○	わおん、わがやん、イベントでの露店、さつまいも畑など、様々な形で提供できます。
就労支援	○	就労体験は無料及び無報酬です。
親の会・家族会		
ニュースレター		
その他	○	生活困窮家庭の子どもに対する学習支援。月・水・金17:00～わがやん。木18:30～岐阜市茜部で開催（詳細はお問い合わせ下さい）

## 支援者からのメッセージ

支援というより、人付き合いだと思って活動しています。やれることがあれば、ご本人に役割を持っていただき、少しでも社会参加の実感を持ってもらえたらと思っています。飲食業務では頑張りに応じた謝礼も出すようにしていますので、頑張りたい人には適した何かが見つかるかもしれません。

きっかけが欲しい人、一度連絡してみてください。

名称	⑤ NPO法人 <sup>シス</sup> SIS (その人らしさを支える会)	
連絡先	住所	〒500-8213 岐阜市日野西3丁目8-1
	電話番号	080-3645-3995
	F a x	0574-76-2044
	問合・受付時間	メールを入れてもらえば返信します。
	e メール	cuore@sis-oasis.com
	ホームページ	<a href="https://sis-oasis.com">https://sis-oasis.com</a>
支援方針 活動内容	人間関係や生き方、子育てなどに悩む人たちの相談事業、人間関係に悩む人や不登校・引きこもりの青少年などに対する支援事業等を行っています。 他に、ソーシャルワーカーやカウンセラーの人材育成事業や各事業を活性化し、他の組織と連携・支援活動を活発にする広報事業を行っています。	
開所時間	活動により、様々な時間帯・形態になります。	
利用手続き	お電話にてお問い合わせください。	
利用料	[支援内容] をご参照ください。	
対象者 (年齢・地域など)	県内外にお住いの青少年・成人の方	
スタッフ情報	心理カウンセラー、社会福祉士、看護師、助産師など 顧問・相談役として、児童精神科医、内科医、臨床心理士	
利用状況	電話・メール相談、面接等を各5名程度が利用中です。 イベント・研修などは10～60名程度の利用があります。	
交通機関	活動に合わせて、ご案内させていただきます。	
駐車場	会場によりますが、基本的にあります。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	<input type="radio"/>	予約が必要です。
カウンセリング	<input type="radio"/>	3,000円(1時間) 初回のみ4,000円
電話相談	<input type="radio"/>	Faxにて対応します。
メール相談	<input type="radio"/>	随時対応します。
訪問支援	<input type="radio"/>	メンタルフレンド派遣1,000円(1時間) (初回三者面談3,000円)
外出同行		
居場所提供	<input type="radio"/>	第2土曜日午後「はぐはぐ」
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会		
ニュースレター	<input type="radio"/>	月1回程度 メルマガにて発行しています。
その他	<input type="radio"/>	コミュニケーション力をつけるための講座やワークショップを開催しています。

## 支援者からのメッセージ

不登校やひきこもりの中で、生き苦しくなったり、少し気分や生活リズムを変えてみたいと思った時は、いつでもお声をかけてください。  
電話やメール相談、メンタルフレンドやカウンセラーとの触れ合いや関わりを通じて、自分らしく落ち着いて、楽に過ごせることを願っています。

名称	⑥ 子どもの人権ネットワーク・岐阜	
連絡先	住所	〒500-8812 岐阜市美江寺町1-22 奥村ビル2F 河合法律事務所
	電話番号	058-262-7997 (河合法律事務所)、090-3567-6564 (原)
	F a x	058-262-3997
	問合・受付時間	9:00~17:30
	e メール	mhkidsjinken@yahoo.co.jp
	ホームページ	
支援方針 活動内容	<p>子どもの権利条約や岐阜市子どもの権利条例等の精神が具体的に生きている…そんな生きやすい地域の創生を目指して活動しています。</p> <p>最近では、高等学校入学選抜における障がいのある方への「合理的配慮」について、岐阜県教育委員会に対し意見や要望を述べたり、当事者の声を届けたりしています。</p> <p>また、学校内での「いじめ」等の課題を抱えた人への伴走支援も積極的に実施しています。</p>	
開所時間	定例で事務局を開いている事はないので、まずは電話でお問い合わせ下さい。	
利用手続き	電話でお問い合わせください。(090-3567-6564)	
利用料	相談無料	
対象者 (年齢・地域など)	県内全域	
スタッフ情報	事務局体制は、河合代表と原事務局長の他5人。	
利用状況	個別の相談は、随時実施している。	
交通機関	事務局会におこし頂く場合は、バス停「裁判所前」「市役所前」等下車	
駐車場	なし(近在に、有料駐車場有り)	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	電話予約が必要。子どもの人権ネットワーク・岐阜への相談であることをお伝えください。
カウンセリング		
電話相談	○	
メール相談	○	
訪問支援	△	相談に応ずる場合は、双方の合意でどちらにも便利な場所を設定できます。
外出同行	△	学校等へ同行はしています。
居場所提供		
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会		
ニュースレター		
その他	○ △	年に2～3度「講演会」等を開催しています。 学習支援については、協働の団体へつなぐ事はできません。

## 支援者からのメッセージ

対象年齢が、概ね20歳までなので、それ以上の相談にはのりにくいのが現状です。学校生活における権利侵害等の解決を主な活動としています。

「学校に行きたくない」「いじめられている」「虐待を受けている」等の悩みは、誰かに話す事から、解決の糸口が見えてきます。まずはご連絡をくださいね。

名称	⑦ NPO法人 つむぎの森	
連絡先	住所	〒504-0942 各務原市小佐野町3丁目54番地
	電話番号	090-1723-3002 (豊永)
	F a x	058-227-3101
	問合・受付時間	終日可能 (着信いただければ返信致します)
	e メール	tumuginomori2010@yahoo.co.jp
	ホームページ	martin509.wixsite.com/tumuginomori2010
支援方針 活動内容	<p>活動理念： 「人と人・人と自然がつながり支え合う世界をつくる」 ひきこもる理由は様々、抱えている困難も様々、一人一人の生きづらさに寄り添い、仲間とともに支え合いながら自分らしい暮らし方を模索する活動をしています。</p> <p>活動内容 (居場所) フリースクール「どんぐり」 / 地域活動支援センター「まいむ」 / 傾聴サークル「あ・うん」の会 / 若者の居場所「未知草」 (就労支援) 就労自立支援「手づくり工房まーゆ」 (個別支援) 個別相談「くーむ」 / 訪問支援「そなたくらぶ」 (コミュニティ活動) ふれあい農園「つむぎ野」 / まじくるカフェ「この葉の木」</p>	
開所時間	<p>フリースクール 火・木・土曜日10:00～17:00 地域活動支援センター 月曜日～土曜日10:00～19:00 他はお問合せください。</p>	
利用手続き	初回面談の上、個々の状態にあった事業への参加となります。地域活動支援センター利用の場合は医師の診断書が必要です。	
利用料	<p>会員登録入会金1,000円:正会員一口3,000円以上:賛助会員一口1,000円以上 各事業により参加費が異なりますので詳細はお問い合わせください。 地域活動支援センターは各務原市の福祉サービスです。</p>	
対象者 (年齢・地域など)	年齢不問 (特に15歳～35歳までの参加者が多い)	
スタッフ情報	各事業部責任者1名・ピアサポーター1名の体制 就労支援・相談事業・企業研修等の実務経験者	
利用状況	各事業5名～10名の利用	
交通機関	<p>つむぎの森:名鉄各務原市役所前駅～ふれあいバス小佐野停もしくは各務原イオンバス利用 地域活動支援センター:名鉄各務原市役所前駅徒歩5分</p>	
駐車場	建物敷地内に駐車可	



## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	親子面談・家族間の問題・課題の整理と解決のためのコーディネート(要予約)
カウンセリング	○	自己課題を見つけ、自己決定のための伴走(要予約)
電話相談	○	随時相談受付をしています。継続相談はカウンセリングと同様枠での扱いになります。
メール相談	○	ホームページからご連絡ください。メールカウンセリング可
訪問支援	○	サポートを受ける方の状態に合わせた内容で対応します。本人の合意が得られない場合は、家族サポートから始まります。
外出同行	○	サポートを受けたい個別の内容に対して対応をしています。(美容院への同行、免許の更新、リクレーション等)
居場所提供	○	参加する人の状態にあわせ、つむぎの森には事業ごとが居場所になっており、各居場所は交流することができるので、障がいのあるなし、年齢も問わず様々な体験活動ができます。
共同生活		
職場体験	○	企業研修・農業実習・NPO事務等
就労支援	○	農作業・さるぼづづくり・パソコン実習・経理実務等
親の会・家族会	○	第1日曜日13:00から つむぎの森【学習会・傾聴サポート】 第3日曜日13:00から つむぎの森【傾聴ピアサポート】
ニュースレター		
その他		まじくるカフェというコミュニティカフェを開催し、自分たちで経営の実践と地域の人たちと触れ合う場づくりをしています。

## 支援者からのメッセージ

つむぎの森が大切にしていることは、「生き心地のいい暮らしをする。」ということです。つむぎの森の中には、お母さんたちの居場所、子どもの居場所、障がいのある人の居場所などいくつかの居場所があり、そこでこれまで抱えてきた生きづらさを分かち合い、自分がしたいと思うことにチャレンジ!!するとだんだん心がわくわくしてきます。最初に来た時には、誰とも話さず、目を合わすこともできなかった人が、体験活動を通じて自信を取り戻し、自ら進む道を見つけていきます。つむぎの森の特徴は、当事者がスタッフになっていること。支援ではなく、ともに学びあひともに支えあう。というスタイルです。つむぎの森には、つむぎ野というコミュニティファームがあり、障がいや、ひきこもり、不登校、高齢など関係なく、誰でも参加できる畑があります。そこで作った野菜を販売したり、農作業をしたり、そこでは自分たちのカフェも開いています。自然の中ではみな同じ、つむぎの森はひとりぼっちを作らない。

名称	<b>⑧ 西濃地域ひきこもる子どもを持つ家族会</b>	
連絡先	住所	〒503-0984 大垣市綾野1-2736
	電話番号	090-9027-0132 (伊藤)
	F a x	0584-91-9021
	問合・受付時間	随時
	e メール	keikoko3j@gmail.com
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	月に一度(第4日曜日 午後2時~4時)の家族会で交流や相談を行っています。 月に一度(第3日曜日 午後1時半~5時)当事者の居場所「ラルジュ」の提供を行っています。	
開所時間	「支援内容」をご参照下さい。	
利用手続き	特になし	
利用料	無料	
対象者 (年齢・地域など)	西濃地域	
スタッフ情報	家族会には、NPO法人仕事工房ポポロ理事中川健史さんが来て助言・相談に応じます。	
利用状況	平均10名~15名の参加	
交通機関	大垣市福祉会館：名阪近鉄バス「市役所前」 または「船町港跡」下車 大垣市綾里地区センター：名阪近鉄バス「綾里小前」下車	
駐車場	大垣市福祉会館・大垣市綾里地区センターの駐車場をご利用ください。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談		
カウンセリング		
電話相談	○	
メール相談	○	
訪問支援		
外出同行		
居場所提供	○	大垣市島里町（利用については伊藤に問い合わせ下さい） 日時：毎月第3日曜日13：30～17：00
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会	○	場所：大垣市福祉会館または大垣市綾里地区センター 日時：毎月第4日曜日14：00～16：00
ニュースレター		
その他		

## 支援者からのメッセージ

家族会で日ごろの思いを。  
当事者の居場所「ラルジュ」で、ほっとできるひと時を。

名称	⑨ りんご倶楽部	
連絡先	住所	〒503-1251 養老郡養老町石畑483-2 (養老町図書館2F研修室)
	電話番号	090-4252-8958 (大倉)
	F a x	0584-34-2083
	問合・受付時間	平日は17時から24時
	eメール	to.haruru3-enjoy@ezweb.ne.jp
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	不登校・ひきこもりで辛い思いを抱える当事者にどのように接したり、話したりすれば今より楽になれるかを、一緒にお話をしながら考えていく家族会です。 定例会の他、講演会の情報、個別相談もしています。	
開所時間	毎月第1火曜日 13:30~15:30 (変更の場合あり。お電話にてお問い合わせください。)	
利用手続き	お電話にてお問い合わせください。	
利用料	無料	
対象者 (年齢・地域など)	どなたでも。	
スタッフ情報	当事者の家族	
利用状況	毎月3~5名程度。	
交通機関	養老鉄道「美濃高田」駅より徒歩約25分(1.8km) 事前に連絡をいただければ最寄駅まで送迎いたします。	
駐車場	あります。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	要予約です。
カウンセリング		
電話相談	○	出られない時は折り返します。
メール相談	○	
訪問支援		
外出同行		
居場所提供		
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会	○	毎月第1火曜日13:30~15:30(変更の場合あり。お問い合わせ下さい)
ニュースレター		
その他		

## 支援者からのメッセージ

話すことで、来た時よりも少し肩の力が抜けて、心の余裕が生まれることを目指して、楽しい集まりの場になればと思い、開いています。  
お気軽にお越しいただけたらと思います。

名称	⑩ NPO法人 結び場	
連絡先	住所	〒501-4224 郡上市八幡町城南町266番地15
	電話番号	0575-67-0651
	F a x	0575-67-0651
	問合・受付時間	年中無休
	eメール	musubiba30303@yahoo.co.jp
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	<p>ひきこもってみえるご本人・ご家族が抱いてみえる悩みや不安に対し、何かしらのお手伝いができればよいと、平成17年8月2日に立ち上げた法人です。</p> <p>ひきこもり支援は20年以上行っています。 電話・訪問等いつでも対応しています。</p>	
開所時間	8:30～17:30 (相談支援事業所)	
利用手続き	お電話にてお問合せください	
利用料	無料	
対象者 (年齢・地域など)	特に規定なし	
スタッフ情報	社会福祉士 心理カウンセラー 精神保健福祉士	
利用状況	現在、ご本人6名、ご家族は11名ほど利用	
交通機関	長良川鉄道「郡上八幡」駅より徒歩5分	
駐車場	6台	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	<input type="radio"/>	ご本人・ご家族の要望にできる限りお応えします。
カウンセリング	<input type="radio"/>	心理カウンセラーによるカウンセリングを行っています。
電話相談	<input type="radio"/>	
メール相談	<input type="radio"/>	Fax相談も対応しています。
訪問支援	<input type="radio"/>	
外出同行		
居場所提供	<input type="radio"/>	学習指導、軽スポーツ、調理等を行っています。
共同生活	<input type="radio"/>	
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会	<input type="radio"/>	月1回開催。
ニュースレター		
その他	<input type="radio"/>	学習支援（高卒認定試験等を目指す方への支援等）を随時実施。

## 支援者からのメッセージ

ご本人、ご家族のお気持ちに少しでも寄り添える支援ができることを目標にしています。

名称	⑪ NPO法人 生活支援ネット・ぐじょう	
連絡先	住所	〒501-4607 郡上市大和町徳永368-1
	電話番号	0575-88-2219、090-4117-5212
	F a x	0575-88-2219
	問合・受付時間	平日9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
	e メール	siennet_gujo@yahoo.co.jp
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	<p>在学中(支援学校・不登校)より関わりを持つことによって、ひきこもるご本人・ご家族が相談しやすい環境・状況を作り上げていきます。</p> <p>相談によってご本人・ご家族の苦しみや悩みをやわらげることが目標としています。</p>	
開所時間	平日9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	
利用手続き	電話にてお問い合わせください。	
利用料	無料	
対象者 (年齢・地域など)	郡上市在住の青年期・成人期の方	
スタッフ情報	相談員2名	
利用状況	ご家族のご利用があります。	
交通機関	長良川鉄道「徳永」駅より徒歩5分	
駐車場	4～5台の駐車が可能です。	



## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	
カウンセリング		
電話相談	○	
メール相談		
訪問支援		
外出同行		
居場所提供		
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会		
ニュースレター		

## 支援者からのメッセージ

総合相談窓口として、障がいのある方々・ご家族に限らず、広く地域の方々の悩み・困りごとの相談をお受けします。

名称	<b>⑫ BAKETSUの会</b>	
連絡先	住所	〒508-0015 中津川市手賀野172-1 サンライフ中津川 (活動場所)
	電話番号	080-2668-0527 (花井)
	F a x	—
	問合・受付時間	—
	e メール	baketu2015@yahoo.co.jp
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	サンライフ中津川の教養文化室Bにて、行き場のない気持ちや、不安、愚痴などを話せる、場所作りを行っています。話しをする事で少しでも楽になればいいなと思っています。	
開所時間	毎月第3金曜日 13:00~16:30	
利用手続き	いつでもお越しください。	
利用料	500円(お茶代として)	
対象者 (年齢・地域など)	不登校、ニート、ひきこもりの子を持つ親さん	
スタッフ情報	不登校、ニート、ひきこもり経験者とその母親	
利用状況	少人数でのんびり過ごしています。	
交通機関	JR「中津川駅」から東鉄バス「サンライフ中津川」下車徒歩1分	
駐車場	サンライフ中津川の駐車場をご利用ください。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談		
カウンセリング		
電話相談	○	いつでも可ですが、出られなかったときは折り返し連絡します。
メール相談	○	いつでも可です。
訪問支援		
外出同行		
居場所提供	○	下記の親の会と合同で開催しています。
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会	○	月1回、話せる場として実施しています。
ニュースレター	○	開催後に話したこと、思ったことを発信しています。
その他	○	開催日以外は双方の都合に合わせて相談日を設定します。

## 支援者からのメッセージ

最近、環境問題などが騒がれるけど、自分では仕方がない事とあきらめがつく。じゃあ、子どもは??親の思い通りにならないのは、当たり前。ちがう1人の人間だから。学校へ行かない、外に出ない、O.K.大丈夫。色々思い悩んで今がある。休みたい時は、休めばいい。また1歩出せる時が来る。

私だって学校へ行かず、仕事もせず、引きこもっていた時がある。少し出てみては、また引きこもってをくり返して、今やっと仕事をしている。極少数としか話さなかった時もあるけど、今はみんなと大笑いする事も出来るくらいだからさ。大丈夫、何とかなる。BAKETSUの会は、今をもがいて苦しんでいる子を持つ親さんたちの息抜きをする場でありたいと思っています。

名称	<b>⑬ アンダンテ実行委員会</b>	
<b>連 絡 先</b>	住 所	〒506-0021 高山市名田町5-5-3 会場は高山市民文化会館
	電 話 番 号	0577-32-5925 (吉本)
	F a x	
	問合・受付時間	留守電に入れてもらえば、折り返し連絡します。
	e メ ー ル	
	ホ ー ム ペ ー ジ	
<b>支 援 方 針 活 動 内 容</b>	ひきこもり・不登校の子を持つ家族が、同じ思いを共有する方 同士で話をする中で、少しでも気持ちが楽になるようにしたい と思います。 本人にニュースレターを送っています。	
<b>開 所 時 間</b>	親の会は、各回ともに月1回2時間ずつです。 (詳細は「支援内容」を参照ください)	
<b>利 用 手 続 き</b>	各月によって日にちが変わるので、電話で問い合わせてくださ い。	
<b>利 用 料</b>	200円(会場費)	
<b>対 象 者 (年齢・地域など)</b>	どなたでも。都合が合わなければ、他の年代の時間でも参加で きます。	
<b>ス タ ッ プ 情 報</b>		
<b>利 用 状 況</b>	3つの会併せて 月10～15人	
<b>交 通 機 関</b>	高山駅西口(白山口) 出ですぐ	
<b>駐 車 場</b>	他に催し物がない限り、文化会館駐車場が利用できます。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談		
カウンセリング		
電話相談		
メール相談		
訪問支援		
外出同行		
居場所提供		
共同生活		
職場体験	○	ボランティアできる仕事を紹介します。
就労支援		
親の会・家族会	○	不登校～10代（休日14:00～）、20代～30代（平日19:00～）、30代～40代（平日13:30～）と年代ごとに開催 参加費200円
ニュースレター	○	当事者の文章、イラスト、マンガなど、原稿が集まったら発行
その他		

## 支援者からのメッセージ

同じ悩みを持つ親（家族）同士の話は、話して心が少し楽になり、聞きつつ自分の心を見つめる場になるようです。  
 子どもの苦しみを解決することはできませんが、親（家族）自身の課題は、話し合いの中で整理していくことができそうです。  
 良かったら、来てみてください。

名称	⑭ あゆむ会	
連絡先	住所	〒506-0058 高山市山田町831番地43 (ひだ子ども家庭支援センターぱすてる)
	電話番号	0577-37-1061
	F a x	0577-37-1063
	問合・受付時間	平日 9:00～18:00
	e メール	pastel@yuhigaoka-kureyon.jp
	ホームページ	<a href="http://pastel75.wixsite.com/hida-childsupport">http://pastel75.wixsite.com/hida-childsupport</a>
支援方針 活動内容	心理カウンセラーの目加田信剛先生を招いて、グループカウンセリング形式で参加者のお話を聞かせていただき、助言をいただきます。 また、「交流分析」をベースとした、人間の認知のあり方や行動についての学習も行っています。	
開所時間	毎月第二水曜日 19:00～21:00 (変更の場合あり、ご確認ください)	
利用手続き	上記、ひだ子ども家庭支援センターぱすてるにお問い合わせ、お申し込みください。	
利用料	1回 500円	
対象者 (年齢・地域など)	どなたでも。	
スタッフ情報	心理カウンセラー (講師) その他センタースタッフ (社会福祉士、精神保健福祉士)	
利用状況	毎回、当事者のご家族を中心に10名程度の参加があります。	
交通機関	最寄駅 JR高山駅 からバスで約15分 (経路による)	
駐車場	あり。無料。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談		
カウンセリング	○	月1回、グループカウンセリングとして、カウンセリングの先生を交えて実施しています。主にご家族が参加されます。
電話相談		
メール相談		
訪問支援		
外出同行		
居場所提供		
共同生活		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会		
ニュースレター		
その他	○	人間の認知のあり方、行動についての学習会等を実施しています。

## 支援者からのメッセージ

「あなたはあなたのままでいい」をモットーに、今の状況をご本人、ご家族の方が肯定的に受け入れられることを願っています。

また、「あゆむ会」の開催場所である「ひだ子ども家庭支援センターぱすてる」は、地域の家庭児童相談に対応させていただいている相談機関です。お子様の養育についてご相談がありましたらお気軽にお問い合わせください。

名称	⑮ 岐阜オレンジの会	
連絡先	住所	〒453-0015 愛知県名古屋市中村区椿町19-7 チサンマンション椿町304
	電話番号	052-459-5116
	F a x	052-459-5116
	問合・受付時間	平日 9:00～17:00
	e メール	gifu.orange.0520@gmail.com
	ホームページ	http://gifuorange.wixsite.com
支援方針 活動内容	<p>岐阜オレンジの会は社会的ひきこもりや発達障害、生活困窮者など生き辛さを抱える方々の支援を目的として活動しています。岐阜オレンジの会ではそうした方々を支えるご家族を対象に、啓蒙活動などをはじめとして、問題解決にむけて様々な支援を行っています。</p> <p>ハートフルスクエア-Gにて交流家族会を開催。</p>	
開所時間	毎月1回 土曜日または日曜日 13:00～15:00	
利用手続き	お電話にてお問合わせください。	
利用料	月会費 1,000円他	
対象者 (年齢・地域など)	岐阜県在住で、ひきこもり当事者のご家族の方	
スタッフ情報	社会福祉士、KHJピアサポーター、元当事者など	
利用状況	平均すると、親御さんを中心としたご家族の方13名程度にご利用いただいています。	
交通機関	JR岐阜駅より徒歩2分（駅構内から2階連絡通路で通じています）	
駐車場	南側の駐車場入り口より、3F駐車場をご利用ください（～8時間30分毎に150円）	



## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	交流家族会開催時間内に、別席を設け順次実施しています。
カウンセリング	×	
電話相談	×	
メール相談	×	
訪問支援	○	要相談
外出同行	×	
居場所提供	×	
共同生活	×	
学習支援	×	
職場体験	×	
就労支援	×	
親の会・家族会	○	岐阜オレンジの会利用同意書にサインをいただいた上での入会
ニュースレター	×	

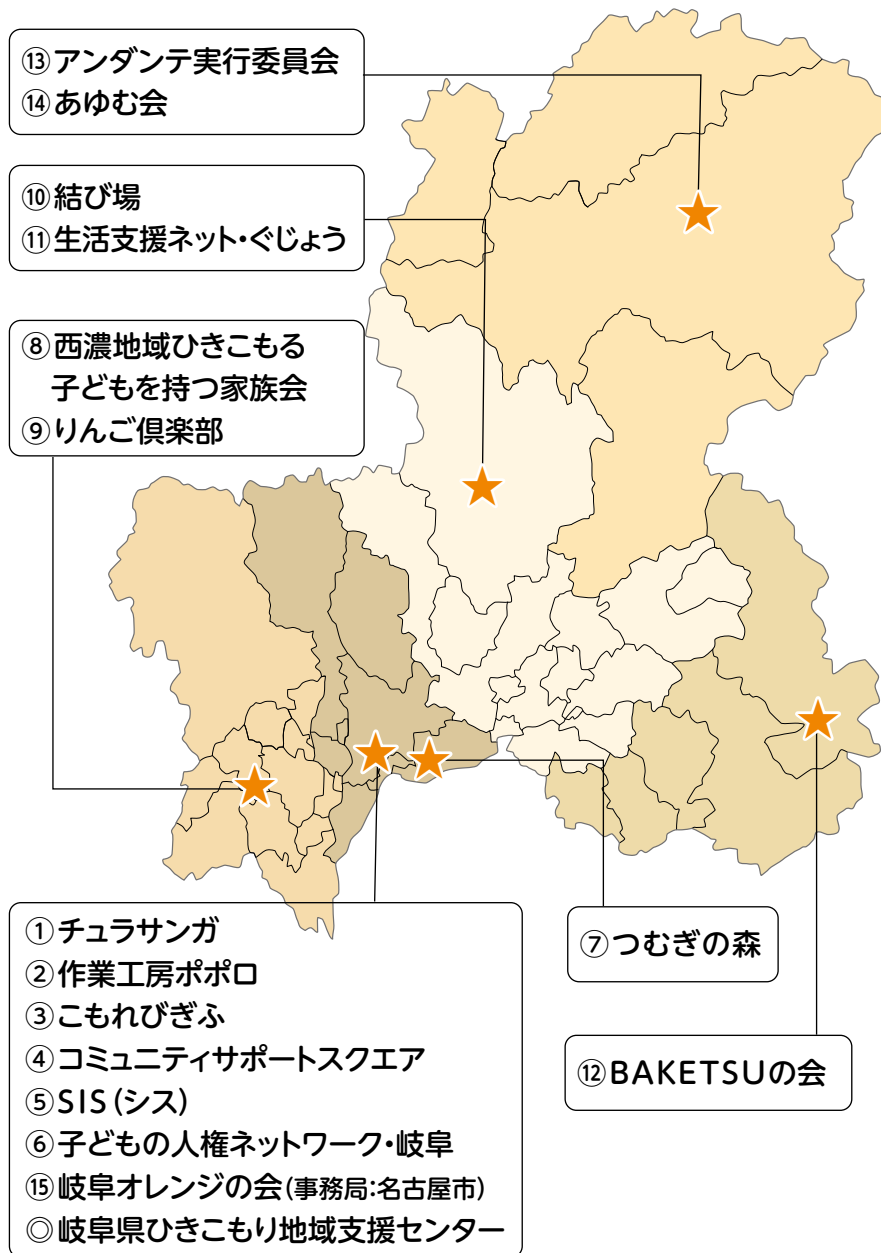
## 支援者からのメッセージ

ひきこもり状態に悩むご家族の家族支援の集まり「岐阜オレンジの会」

ご親戚やお知り合いの方には話しにくい悩みを抱えている方、一人で家庭の中で行き詰まりを感じている方、ご家族に向けた家族支援の会を開催しております。

まずはお気軽にお電話ください。ご連絡お待ちしております。

## ひきこもり支援団体の所在地



## 7 岐阜県内の相談窓口

名称	<b>ひきこもり地域支援センター</b> （精神保健福祉センター内）	
連絡先	住所	〒502-0854 岐阜市鷺山向井2563-18（岐阜県障がい者総合相談センター内）
	電話番号	058-231-9724
	F a x	058-233-5133
	問合・受付時間	平日9:00～17:00（年末年始・祝日を除く）
	eメール	—
	ホームページ	<a href="http://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kenko/kokoro/22606/hiki-center.html">http://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kenko/kokoro/22606/hiki-center.html</a>
支援方針 活動内容	<p>ひきこもりご本人やご家族などを対象とした相談機関です。当所では、ただ、社会に出ることを目標とするのではなく、ご本人の望む社会との関わり方を支援していければと思っています。</p> <p>個別相談（電話・面談）、本人グループミーティング、家族グループミーティング、ひきこもり講座など実施しています。</p>	
開所時間	活動内容により異なります。	
利用手続き	面談相談には予約が必要です。お電話にてお問合せください。	
利用料	無料	
対象者 （年齢・地域など）	岐阜県在住のひきこもりに悩むご本人やご家族の方	
スタッフ情報	精神科医、社会福祉士、保健師等	
利用状況	本人グループミーティング：4～6名 家族グループミーティング：15名前後	
交通機関	路線バスをご利用の場合（最寄りのバス停） ・三田洞線「メモリアル正面前」バス停から580m ・忠節長良線「さぎ山向井町」バス停から150m	
駐車場	センター正面の駐車可能台数は限られていますので、満車の場合は世界イベント村ぎふ駐車場（有料）をご利用ください。	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	月・水・木・金曜日の午前中(年末年始・祝日を除く)
カウンセリング	×	
電話相談	○	平日/午前9時～午後5時(年末年始・祝日を除く)
メール相談	×	
訪問支援	×	
外出同行	×	
居場所提供	○	本人グループミーティング:月1回、 フリースペース:「いこい」毎週金曜日午後(センター内) 「らららの森」月1回(岐阜県図書館内)
共同生活	×	
学習支援	×	
職場体験	×	
就労支援	×	
親の会・家族会	○	精神科医との座談会、家族同士の話し合い、学習会などを実施
ニュースレター	×	

## 支援者からのメッセージ

ひきこもりは、「怠けている」訳でも、「甘えている」訳でもありません。ひきこもっているご自身もその現状に苦しんでいる方が多いと思います。  
また、ご家族も、ご本人にどう接していけばよいのか、悩んでいらっしゃるかと思います。  
まずは、ひとりで抱え込まず、ご相談ください。

## ひきこもり地域支援センターの活動紹介

### 親の会・家族会

#### 家族グループミーティング

ご家族の抱える悩み等を本音で話すことで、ご本人との向きあい方を考える場として開催しています。

#### 【主な活動】

- ・精神科医との座談会
- ・ひこもりに関する学習会
- ・家族同士の交流

### 居場所提供

#### 本人グループミーティング

同じ悩みを抱える仲間が安心して集える場として開催しています。最初から話せなくても大丈夫です。

#### 【主な活動】

室内活動：簡単な料理、ゲーム、生活に役立つミニ講座、クリスマス会等季節のイベント

室外活動：ウォーキング、バーベキュー、初詣、施設見学等

※原則無料ですが、活動内容により実費をご負担いただくことがあります。

#### フリースペース

当事者の方が気軽に集まれる居場所を提供しています。

#### ◆毎週金曜日 午後

場所：岐阜県精神保健福祉センター  
(障がい者総合相談センター 2階)

#### ◆月1回

場所：岐阜県図書館 2階 研修室



## 保健所

ひきこもりに悩む方のご相談を保健師等がお受けします。また、精神科医による精神保健福祉相談（要予約）や、受診に関する相談等を行っています。

機関名	電話番号	担当地区
岐阜保健所	058-380-3004	羽島市、各務原市、山県市、瑞穂市、本巣市、羽島郡（岐南町、笠松町）、本巣郡（北方町）
西濃保健所	0584-73-1111(代)	大垣市、海津市、養老郡（養老町）、不破郡（垂井町、関ヶ原町）安八郡（神戸町、輪之内町、安八町）、揖斐郡（揖斐川町、大野町、池田町）
関保健所	0575-33-4011(代)	関市、美濃市、郡上市
可茂保健所	0574-25-3111(代)	美濃加茂市、可児市、加茂郡（坂祝町、富加町、川辺町、七宗町、八百津町、白川町、東白川村）、可児郡（御嵩町）
東濃保健所	0572-23-1111(代)	多治見市、瑞浪市、土岐市
恵那保健所	0573-26-1111(代)	中津川市、恵那市
飛騨保健所	0577-33-1111(代)	高山市、飛騨市、下呂市、大野郡（白川村）
岐阜市保健所	058-252-7191	岐阜市 *市町村窓口のページに他の窓口も掲載
開所時間	平日8:30～17:15（祝日、年末年始を除く） 岐阜市保健所のみ平日8:45～17:30（祝日、年末年始を除く）	

## 岐阜県青少年SOSセンター

専門の相談員が、心の声に耳を傾け、丁寧に対応します。

臨床心理士と社会福祉士がそれぞれ月2回来所して面接相談を行っています。事前にご予約ください。相談内容や相談者のご希望により、他の専門的な相談機関や支援機関と連携したり、紹介等を行っています。

所在地	〒500-8384 岐阜市葦田南5-14-53（OKBふれあい会館）
連絡先	電話番号：0120-247-505 FAX：0120-505-783 メール：s-soudan@govt.pref.gifu.jp
問合・受付時間	24時間受付（電話、FAX、電子メール） ※午後8時から翌朝9時までの間の電話は緊急の場合のみ
対象者 （年齢・地域等）	岐阜県在住の小・中学生・高校生、概ね39歳までの若者とその保護者（家族・親類等）

## 子ども相談センター

児童福祉法に基づいて設置されている児童相談所です。

悩みを持っているお子さん自身、ご両親や家族、関係機関や、地域の方から18歳未満のお子さんについての相談に応じ、共に考え、援助します。

機関名	電話番号	担当地区 *18歳未満のお子さんが対象です。
中央子ども相談センター	058-201-2111(代)	岐阜市、羽島市、各務原市、山県市、瑞穂市、本巣市、羽島郡(岐南町、笠松町)、本巣郡(北方町)
西濃子ども相談センター	0584-78-4838	大垣市、海津市、養老郡(養老町)、不破郡(垂井町、関ヶ原町)安八郡(神戸町、輪之内町、安八町)、揖斐郡(揖斐川町、大野町、池田町)
中濃子ども相談センター	0574-25-3111(代)	関市、美濃市、美濃加茂市、可児市、郡上市、加茂郡(坂祝町、富加町、川辺町、七宗町、八百津町、白川町、東白川村)、可児郡(御嵩町)
東濃子ども相談センター	0572-23-1111(代)	多治見市、中津川市、瑞浪市、恵那市、土岐市
飛騨子ども相談センター	0577-32-0594	高山市、飛騨市、下呂市、大野郡(白川村)
開所時間	平日8:30~17:15(祝日、年末年始を除く)	

## 発達障害者支援センターのぞみ

発達障がいの方々には総合的な支援をおこなう相談機関です。発達障がいまたはその心配のある方やご家族に対して問題の整理や助言、情報提供を行います。

所在地	〒502-0854 岐阜市鷺山向井2563-18(岐阜県障がい者総合相談センター2階)
連絡先	電話番号:058-233-5116 電話相談専用ダイヤル:058-233-5106 平日9:00~16:00(祝日、年末年始を除く)
開所時間	平日8:30~17:15(祝日、年末年始を除く)
対象者(年齢・地域等)	岐阜県在住の発達障がいの方やそのご家族、関係機関の方々

## 24時間子供SOSダイヤル

いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係などの電話相談を受け付けています。

連絡先	電話番号:0120-0-78310 <small>なやみおう</small> (携帯電話からもつながります)
問合・受付時間	24時間対応
対象者	県内在住の小・中学生・高校生及びその保護者等

## 教育相談ほほえみダイヤル

いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係などで悩んだり、困ったりした場合、お近くの岐阜県教育委員会・各教育事務所へつながります。

連 絡 先	電話番号：0120-745-070（携帯電話からはつながりません）
問 合 ・ 受 付 時 間	平日8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）

## ぎふ法務少年支援センター

地域の非行・犯罪の防止、青少年の健全育成のために、子ども等の能力・性格検査、問題行動の分析や指導方法の提案、子どもや保護者に対する心理相談、事例検討会への参加、研修・講演、法教育等の支援を行っています。

所 在 地	〒502-0851 岐阜市鷺山1769-20
連 絡 先	電話番号：058-232-1123
開 所 時 間	平日9:00～17:00（祝日、年末年始を除く）
対 象 者 （年齢・地域等）	年齢：限定なし 地域等：岐阜県内にお住まいの方

## 岐阜県若者サポートステーション・飛騨高山サテライト

無業状態の若者の社会的・職業的自立を目指す若者のための総合相談窓口です。

働くことについて、さまざまな悩みを抱えている15歳～39歳までの若者が就労に向かえるよう、多様な支援プログラムでサポートします。相談はすべて無料・予約制です。

所 在 地	岐阜本所：岐阜市橋本町1-10-1 アクティブG2階 飛騨高山サテライト：高山市天満町5-1-25 飛騨地域地場産業振興センター4F
電 話 番 号	岐阜本所：058-216-0125 飛騨高山サテライト：0577-35-4770
開 所 時 間	岐阜本所：9:30～17:00(月～金) 10:00～16:00(第1土曜日のみ) 飛騨高山サテライト：9:30～17:00(月～金・第1土曜日のみ)
対 象 者 （年齢・地域等）	15歳～39歳までの若者およびその保護者 (令和2年4月より、15歳～49歳へ拡大(予定))



## ハローワーク (公共職業安定所)

ハローワークでは、ひきこもり状態が解消された後の就労支援を行っています。

ご本人に来所いただき、個別相談の上、職業訓練の案内や、職業相談、職業紹介などを行います。(岐阜わかものハローワークでは、就職支援セミナーも行っていきます。)

機関名	電話番号	所在地
ハローワーク 岐阜	058-247-3211	岐阜市五坪町1-9-1 岐阜労働総合庁舎
ハローワーク 大垣	0584-73-8609	大垣市藤江町1-1-8
ハローワーク 揖斐	0585-22-0149	揖斐郡揖斐川町極楽寺字村前95-1
ハローワーク 多治見	0572-22-3381	多治見市音羽町5-39-1 多治見労働総合庁舎
ハローワーク 高山	0577-32-1144	高山市上岡本町7-478
ハローワーク 恵那	0573-26-1341	恵那市長島町正家1-3-12 恵那合同庁舎
ハローワーク 関	0575-22-3223	関市西本郷通4-6-10
ハローワーク 岐阜八幡	0575-65-3108	郡上市八幡町有坂1209-2 郡上八幡地方合同庁舎
ハローワーク 美濃加茂	0574-25-2178	美濃加茂市深田町1-206-9
ハローワーク 中津川	0573-66-1337	中津川市かやの木町4-3 中津川合同庁舎
岐阜わかものハローワーク	058-264-7556	岐阜市吉野町6-31 岐阜スカイウイング37東棟2階
利用時間	平日8:30～17:15(祝日、年末年始を除く) 岐阜わかものハローワークのみ10:00～18:00(月・火・木・金)、 10:00～19:00(水) (祝日、年末年始を除く)	

## 警察 (警察安全相談)

犯罪等による被害の未然防止、その他県民の安全と平穏に関する相談を受け付けています。ひきこもるご本人・ご家族の、犯罪等による困りごとに対して、助言・指導等を行います。また、県下各警察署でも受け付けています。なお、事件・事故等緊急時には、110番通報をお願いします。

所在地	岐阜市藪田南2-1-1 岐阜県警察本部
電話番号	#9110
問合・受付時間	24時間 (面談は、平日の執務時間 (8:30～17:15))

## 少年サポートセンター

非行、いじめ、犯罪被害など、少年自身やその家族の抱える悩みごとや困りごとに対し、専門的な知識を持つ少年補導職員や少年相談アドバイザーなどが電話や面接で相談に応じ、適切なアドバイスをしたり、どう解決したらよいかを一緒に考えます。

住 所	岐阜市藪田南5丁目14番1号 (県警藪田分庁舎)
電 話 番 号	0120-783-800 <small>なやみはゼロゼロ</small> 最寄りのサポートセンターにつながる電話番号: 0120-783-802 <small>なやみはゼロに</small>
問 合 ・ 受 付 時 間	24時間 (面談は、平日の執務時間 (8:30~17:15))

## 岐阜県生活支援・相談センター (岐阜県社会福祉協議会)

「仕事がなかなか見つからない」「生活に困っているが、どこに相談に行ったらよいかわからない」など生活にお困りの方に対し、専門の支援員が相談者に寄り添いながら、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。ご家族など、まわりの人からの相談も受け付けます。

機関名	電話番号	担当地区
岐阜県生活支援・相談センター 岐阜支所	0800-200-2536	岐南町、笠松町、北方町
岐阜県生活支援・相談センター 西濃支所	0800-200-2532	養老町、垂井町、関ヶ原町、神戸町、輪之内町、安八町
岐阜県生活支援・相談センター 揖斐支所	0800-200-2537	揖斐川町、大野町、池田町
岐阜県生活支援・相談センター 中濃・飛騨支所	0800-200-2538	坂祝町、富加町、川辺町、七宗町、八百津町、白川町、東白川村、御嵩町、白川村
開 所 時 間	平日8:30~17:15 (祝日、年末年始を除く)	

## 市町村・社会福祉協議会

各市町村では、健康に関すること、障害者等福祉サービスに関すること、生活困窮者に対する相談支援などを行っています。また、窓口も市町村によって違いますので、ご確認ください。

各市町村社会福祉協議会において、居場所提供などを行っている場合は、備考欄にその内容を記載してあります。

### ●岐阜地域

	担当課名	電話番号	備考
岐 阜 市	岐阜市保健所地域保健課 (精神・難病支援係)	058-252-7191	
	中市民健康センター	058-252-0632	
	北市民健康センター	058-232-7681	
	南市民健康センター	058-271-8010	
	子ども・若者総合支援 センター“エールぎふ”	0120-43-7830	0歳から20歳前までの若者を対象 gifu-kodomo-wakamono@world.ocn.ne.jp
	中央青少年会館(指導係)	058-266-5134	概ね35歳までの若者を対象
	障がい福祉課(相談係)	058-214-2572	
	生活福祉二課 (生活・就労サポートセンター)	058-265-3777	生活にお困りの方を対象
	岐阜市社会福祉協議会	058-255-5511	
羽 島 市	子育て・健幸課	058-392-1111	(内線5302)
	福祉課	058-392-1111	(内線2512)
	羽島市社会福祉協議会	058-391-0631	
各務原市	健康管理課	058-383-1115	
	社会福祉課	058-383-1252	
	各務原市社会福祉協議会	058-383-7610	「ひきこもり家族のつどい」を 偶数月に開催している。
山 県 市	福祉課	0581-22-6837	
	健康介護課	0581-22-6838	
	山県市社会福祉協議会	0581-52-3010	
瑞 穂 市	福祉生活課	058-327-4123	65歳まで
	健康推進課	058-327-8611	
	地域福祉高齢課	058-327-4126	65歳以上
	瑞穂市社会福祉協議会 地域包括支援センター	058-327-4118	65歳以上

	担当課名	電話番号	備考
本 巢 市	福祉敬愛課	058-323-7752	
	健康推進課	058-247-1321	
岐 南 町	福祉課	058-247-1348	
	岐南町社会福祉協議会	058-240-2100	
笠 松 町	健康介護課	058-388-7171	健康に関すること
	福祉子ども課	058-388-1116	障害者福祉サービス、生活困窮に関すること
	笠松町社会福祉協議会	058-387-5332	
北 方 町	福祉健康課	058-323-1119	
	保健センター	058-323-7600	
	北方町社会福祉協議会	058-324-6550	

## ●西濃地域

	担当課名	電話番号	備考
大 垣 市	障がい福祉課	0584-47-7298	
	保健センター	0584-75-2322	
	大垣市生活支援相談センター (大垣市社会福祉協議会)	代表0584-78-8181 直通0584-75-0014	
海 津 市	社会福祉課	0584-53-1139	
	海津市くらしサポートセンター (海津市社会福祉協議会)	0120-108-022 0584-52-1710	社会福祉課内に事業所あり
	高齢介護課	0584-53-1145	同課内 地域包括支援センターにて対応
	健康課	0584-53-1317	
養 老 町	保健センター	0584-32-9025	
	健康福祉課	0584-32-1105	
垂 井 町	養老町社会福祉協議会	0584-34-3504	
	健康福祉課社会福祉係	0584-22-1151	
	保健センター	0584-22-1021	
関ヶ原町	垂井町社会福祉協議会	0584-23-3335	
	健康増進課	0584-43-3201	
	住民課	0584-43-1113	
神 戸 町	関ヶ原町社会福祉協議会	0584-43-2943	
	健康福祉課	0584-27-3111	
	保健センター	0584-27-7555	
	神戸町社会福祉協議会	0584-28-0223	

	担当課名	電話番号	備考
輪之内町	福祉課	0584-69-3111	
	保健センター	0584-69-5155	
	輪之内町社会福祉協議会	0584-69-4433	
安八町	福祉課	0584-64-7104	
	保健センター	0584-64-3775	
	安八町社会福祉協議会	0584-47-7704	
揖斐川町	揖斐川保健センター	0585-23-1511	
	健康福祉課	0585-22-2111	
	子育て支援課	0585-22-2111	
大野町	福祉課	0585-34-1111	
	保健センター	0585-34-2333	
池田町	保健センター	0585-45-3191	
	健康福祉課	0585-45-3111	
	池田町社会福祉協議会	0585-45-8123	

## ●中濃地域

	担当課名	電話番号	備考
関市	福祉政策課福祉総合相談室	0575-23-7798	
	関市社会福祉協議会	0575-22-0372	
美濃市	保健センター	0575-33-0550	
	健康福祉課	0575-33-1122	
美濃加茂市	美濃市社会福祉協議会	0575-35-2355	
	福祉課	0574-25-2111	内線325 (障がい福祉係) (生活困窮窓口)
	健康課	0574-25-2111	内線387
美濃加茂市	美濃加茂市社会福祉協議会	0574-28-6111	
	福祉支援課	0574-62-1111	障がい福祉係:精神保健福祉担当 生活福祉係:生活困窮担当
可児市	可児市社会福祉協議会	0574-61-2525	可児市生活サポートセンター
	健康課(やまつつじ)	0575-88-4511	
郡上市	社会福祉課	0575-67-1811	
	郡上市社会福祉協議会	0575-88-9988	
坂祝町	福祉課	0574-26-7111	
	坂祝町社会福祉協議会	0574-27-1222	くらしの安心相談室サンライフ

	担当課名	電話番号	備考
富加町	福祉保健課(保健)	0574-54-2117	精神保健担当
	福祉保健課(福祉)	0574-54-2183	同上
	福祉保健課(包括支援センター)	0574-54-2184	高齢者(65歳以上)
	富加町社会福祉協議会	0574-54-1312	
川辺町	健康福祉課	0574-53-7216	内線151(保健)
	川辺町社会福祉協議会	0574-53-2121	
七宗町	住民課健康係 (生きがい健康センター)	0574-48-2046	
	住民課福祉係	0574-48-1112	
	七宗町社会福祉協議会	0574-46-1294	
八百津町	健康福祉課	0574-43-2111	健康増進係(内線2561/2562) 福祉係(内線2563/2569)
	八百津町社会福祉協議会	0574-43-4462	
白川町	保健福祉課	0574-72-2317	
	白川町社会福祉協議会	0574-72-2327	
東白川村	東白川村国保診療所保健福祉部門 (保健福祉センター)	0574-78-2100	
御嵩町	福祉課保健予防係	0574-67-2111	
	御嵩町社会福祉協議会	0574-67-6710	

## ●東濃地域

	担当課名	電話番号	備考
多治見市	保健センター	0572-23-5960	
	福祉課	0572-23-5806	
	生活自立支援センター (多治見市社会福祉協議会)	0572-24-3502	
中津川市	社会福祉課	0573-66-1111	(内線686、593)
	健康医療課	0573-66-1111	(内線627)
	中津川市生活相談センターういず (中津川市社会福祉協議会)	0573-66-1111	(内線643)
瑞浪市	社会福祉課(障がい福祉係)	0572-68-2113	障がい福祉サービス等に関する相談
	社会福祉課(子育て支援室)	0572-68-2115	児童家庭相談

	担当課名	電話番号	備考
瑞浪市	健康づくり課	0572-68-9785	こころの健康相談
	生活安全課	0572-68-9748	市民相談
	高齢福祉課	0572-68-2117	高齢者に関する相談
	瑞浪市社会福祉協議会	0572-68-4148	毎月第2・4火曜日 13:30～16:00 ご本人・ご家族のための居場所「ふらっと」をやっています
恵那市	社会福祉課	0573-22-9135	障がい福祉係
	恵那市社会福祉協議会	0573-25-6424	生活就労サポートセンター
		0573-26-2212	障がい者相談支援事業所
		0573-26-5221	地域生活支援拠点「ぷらっと」
土岐市	福祉課	0572-54-1350	
	保健センター	0572-55-2010	
	生活・就労サポート土岐	0572-54-1111	(内線227)
	生活・就労準備支援センター いくるば	0572-26-9672	
	土岐市社会福祉協議会	0572-57-6661	

## ●飛騨地域

	担当課名	電話番号	備考
高山市	福祉サービス総合相談センター (高山市社会福祉協議会)	0577-35-3002	福祉課内
	福祉課	0577-35-3139	
	健康推進課	0577-35-3160	
	高山市社会福祉協議会	0577-35-0294	
飛騨市	地域包括ケア課	0577-73-6233	社会福祉係(総合窓口)
	障がい福祉課	0577-73-7483	発達支援センター(障がい児)
	市民保健課	0577-73-2948	健康推進係(精神保健担当)
下呂市	社会福祉課	0576-52-3936	
	健康医療課	0576-53-2101	
	生活サポート相談センター すまいる げろ (下呂市社会福祉協議会)	0576-23-0783	
白川村	村民課	05769-6-1311	







## ◆掲載している機関・団体について

本ガイドブックに掲載している機関・団体は、令和2年1月時点において、当センターで把握している機関・団体で、ガイドブックの掲載について同意いただいた機関・団体です。したがって、県内のすべての支援機関等を網羅しているわけではありません。

また、本ガイドブックは、ひきこもり当事者やその家族に対して各支援機関等の情報提供することを目的としており、当センターが各支援機関等を推薦しているわけではありません。掲載されている支援内容の詳細等については直接各支援機関等にお問い合わせください。



\*岐阜県ひきこもり地域支援センターのホームページにも情報を掲載していますので、併せてご活用ください。

\*営利目的の複製と情報改編を禁止します。

### 岐阜県ひきこもり支援ガイドブック

2020年(令和2年)2月発行

編集・発行 岐阜県精神保健福祉センター  
(岐阜県ひきこもり地域支援センター)

〒502-0854 岐阜市鷺山向井2563-18

電話：058-231-9724 Fax：058-233-5133

岐阜県ひきこもり地域支援センター

検索



