

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。

このガイドブックは、ひきこもり相談支援に取り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。ひきこもりに悩む方々には、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、また、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
	①NPO法人 チュラサンガ	7
	②NPO法人 仕事工房ポポロ	9
	③NPO法人 コミュニティサポートスクエア	11
	④NPO法人SIS（その人らしさを支える会）	13
	⑤子どもの人権ネットワーク・岐阜	15
	⑥NPO法人 つむぎの森	17
	⑦西濃地域ひきこもる子どもを持つ家族会	19
	⑧りんご倶楽部	21
	⑨ひよこの会	23
	⑩NPO法人 結び場	25
	⑪NPO法人 生活支援ネット・ぐじょう	27
	⑫BAKETSUの会	29
	⑬NPO法人 Earth as Mother岐阜（東濃エリア）	31
	⑭アンダンテ実行委員会	33
	⑮あゆむ会	35
	⑯岐阜オレンジの会	37
7	岐阜県内の相談窓口	40
	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、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、ハローワーク（公共職業安定所）、警察（警察安全相談）、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、相談に行けずに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対して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。「ひきこもり」の状態にある方は、コンビニや自分の趣味のための外出はできても、家庭以外の人との対人関係を築くことが難しい場合が多いです。

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。お話を聴きしていると、ひきこもっているご自身もその現状に苦しんでみえることが少なくありません。また、ご家族も、ご本人にどう接していけばいいのか、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います。



## 2 ひきこもりに悩むご本人へ

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います。

今、お一人でいろいろ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、今よりも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～

子どもが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と心配する気持ちと、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、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。一緒に精神科へも通院しましたが、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。私自身、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。私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、まずは、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

～ひきこもり支援相談員からのメッセージ～

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。ほとんどの場合はご家族からの相談です。ご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」「自立しようとしていない」「三食昼寝付きの優雅な生活」など、ひきこもりに対する批判的な内容が多く聞かれます。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いうわけです。

しかしながら、私には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」とご家族に話してみました。多くの家族がこの提案に対して、「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」と返答されました。これを聞いて、「ああ、本当は本人のつら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なく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。それゆえ、まずはご家族が社会とのつながりを取り戻すことが大切になります。そして次に、家族と本人とがつながりを取り戻すことで、最終的に本人が社会とのつながりを取り戻すことを目標にしています。

また、ひきこもり当事者が個々に抱える具体的な情報を知ることに、一般的にひきこもりには、『準備段階』・『開始段階』・『ひきこもり段階』・『社会との再会段階』という4段階があり、段階ごとの傾向を知ることにも有用です。

とかくひきこもりの原因を探りたがることはどのご家庭にも多いのですが、それは家族の自責感の増大となるか、当事者の自己責任論に押し込められる傾向にあります。しかし、当事者が抱える荷物を少しだけ軽くするような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。

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ことを勧めます。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に行われています。

以上のように、当センターでは家族の相談役になれる事を支援の第一として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います。



## 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3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す。
- ・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…支援者のご自宅を訪問し、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、広報紙等を発行します。
- ・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	①NPO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
	F a x	058-253-9350
	問合・受付時間	24時間対応します。
	eメール	culasamgha@royal.ocn.ne.jp
	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「異なっただままで同じ」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・精神障がいといわれる人たちの社会復帰の現状を打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者がのびのびと働き、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。他の農業スタッフが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	②NPO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	<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…そんな人たちに出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、働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><b>【活動内容】</b> 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す。	
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7名中、元当事者が3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（不登校の親の会…ほぼ毎月第2日曜日、ひきこもりの家族会…ほぼ毎月第3日曜日）
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りと考えています。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。いっしょに歩いていきましょう。

名称	③NPO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	電話に出られる時には対応します。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助めています。</li> <li>・喫茶わおん、コミュニティ・ハウス「わがやんわおん（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）を呈呈しております。 （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ください)

## 支援者からメッセージ

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	④NPO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れば返信します。
	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、不登校・ひきこもりの青少年などに対する支援を行っています。 また、カウンセラーの育成や、各事業を活性化し、他の組織と連携するための広報活動を行っています。	
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	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10～50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	○	予約が必要です。
カウンセリング	○	3,000円（1時間） 初回のみ4,000円
電話相談	○	Faxにて対応します。
メール相談	○	◎メール相談専用アドレス helpline@sis-oasis.com
訪問支援	○	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	○	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	○	月1回程度 メルマガにて発行しています。
その他	○	支援者や当事者、家族を対象にした公開講座や、コミュニケーション力をつけるための傾聴講座、自己表現のワークショップを開催しています。

## 支援者からメッセージ

不登校やひきこもりの中で、生き苦しくなったり、何だかわからないけど生きづらいな、人間関係に疲れるなど思ったことはありませんか。少し気分や生活リズムを変えてみたい、何か楽になる方法があれば試してみたい、と思った時は、いつでもお声をかけてください。

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	⑤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 × - 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、高等学校入学者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ください。	
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、随時実施しています。	
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	△	学校等への同行はしています。
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ができます。

## 支援者からメッセージ

対象年齢が、概ね20歳までなので、それ以上の方の相談にはのりにくいのが現状です。主に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。まずは連絡をください。

名称	⑥NPO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いたします)
	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><b>活動理念</b> 「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><b>活動内容</b> (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 プ 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	○	つむぎの森には、参加する人の状態にあわせ、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・さるぼぼづくり・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、自分たちが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、ともに学びあいともに支えあう、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	⑦西濃地域ひきこもる子どもを持つ家族会	
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1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1度（第1日曜日午後1時半～4時）ひきこもり女子の居場所「ラルジュ」を行っています。	
開所時間	「支援内容」をご参照ください。	
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助言・相談に応じます。	
利用状況	平均10～15名の参加	
交通機関	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	○	「ラルジュ」(利用については伊藤に問い合わせください) 日時：毎月第1日曜日 13:30～16:00
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		

## 支援者からメッセージ

家族会で日ごろの思いを交流することで、家庭に少し風が入るかもしれません。  
ひきこもり女子会「ラルジュ」で、ほっとできるひと時を過ごしてください。

名称	<b>⑧りんご倶楽部</b>	
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.harui3-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のかを、一緒にお話をしながら考えていく家族会です。 定例会のほか、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。お問い合わせください)
ニュースレター		
その他		

## 支援者からメッセージ

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	<b>⑨ひよこの会</b>	
連絡先	住所	〒503-0012 大垣市三津屋町1丁目88-7
	電話番号	090-8077-3533 (大野)
	F a x	—
	問合・受付時間	随時 (但し出られない時もあり)
	e メ ー ル	ginkota@ogaki-tv.ne.jp
	ホームページ	—
支援方針 活動内容	不登校やひきこもり状態にある当事者や家族が、少しでも心を軽く、日々を過ごせることを願って、活動しています。現在は、体験者本人や家族がピアカウンセラーとしての役割を担ってくれています。	
開所時間	「ほっとステーション」 午後1時～3時 「親の会」 午前10時～12時	
利用手続き	事前に連絡をください。日時、場所等打ち合わせをします。	
利用料	1回 お茶代 100円	
対象者 (年齢・地域など)	小・中学生～成人まで 地域制限なし	
スタッフ情報	カウンセラー資格者・体験者の家族中心	
利用状況	「ほっとステーション」 7～8名 「親の会」 12～15名位	
交通機関	「親の会」は、養老鉄道 北神戸駅下車 徒歩1分	
駐車場	有り (無料)	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	不登校・ひきこもりなど。本人や家族に対応します。
カウンセリング		
電話相談		
メール相談		
訪問支援	○	関係性ができたときに、状況に応じて
外出同行		
居場所提供	○	「ほっとステーション」として木曜日午後開催
共同生活		
職場体験		
就労支援	○	「ほっとステーション」として火曜日午後開催
親の会・家族会	○	原則毎月第2土曜日午前中に開催
ニュースレター		
その他		

## 支援者からメッセージ

20年以上前に、我が子の不登校をどう見守ったらよいのか、不安と迷いと、悩みでいっぱいだった親さんたちが立ち上げた会です。以来、まずは、ひよこが親鳥になるように、「親が親として育てよう」をモットーに活動を続けてきました。

毎月の「親の会」は、互いの胸の内を聴きあう中で、たくさんの「気づき」があります。また、「居場所づくり」としての「ほっとステーション」は、地域の公民館をお借りして、必要な時に必要な支援がとれるような運営を心がけています。現在は、火曜日は、軽作業を行っています。

名称	⑩NPO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。</p> <p>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 プ 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	○	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	○	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	○	
メール相談	○	Fax相談も対応です。
訪問支援	○	
外出同行		
居場所提供	○	学習指導、軽スポーツ、調理等を行っています。
共同生活	○	
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会	○	月1回開催。
ニュースレター		
その他	○	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	⑪NPO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		
学習支援		
職場体験		
就労支援		
親の会・家族会		
ニュースレター		

## 支援者からメッセージ

総合相談窓口として、障がいのある方・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>⑫BAKETSU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	なし	
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		
メール相談	○	いつでも可
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		
その他		

## 支援者からメッセージ

BAKETSUの会は、今をもがいて苦しんでいる子を持つ親たちの息抜きをする場でありたいと思い、開催をしています。  
 悩み苦しむ気持ちを表現する場がなく、誰にも言えなくて心が飽和状態の親が世間体を気にしないで本音で語り合える場でありたいと思います。

名称	アース アズ マザー ⑬NPO法人 Earth as Mother岐阜（東濃エリア）	
連絡先	住所	〒509-5124 土岐市土岐口中町3丁目57番地
	電話番号	0572-26-9672
	F a x	0572-26-9672
	問合・受付時間	平日8:30~17:30
	eメール	earthasmothergifu@outlook.jp
	ホームページ	「Earth as Mother岐阜」で検索
支援方針 活動内容	<p>子どもたちと地球の未来のために「安全で安心して食せる真農業の推進と人と地球にやさしいコミュニティを創造する」をテーマに活動している団体です。農事と福祉の連携支援で社会的分断にある「ひきこもり」等の人と人とがつながり合うコミュニティの場「社会的居場所 いくるば」を利用することにより、生活困窮に陥る前のファーストステップとして無理のない支援やスタートができる場所を提供すると同時に、就労や自立に向けた生活自立支援、社会自立支援を中心とした伴走型の就労準備支援活動を目指しています。</p> <p>〈飛騨エリア事務所〉 〒506-5142 岐阜県飛騨市神岡町西1302 TEL 0578-82-3419 Email:earthasmothergifu@gmail.com オーガニック寺子屋（食育食農活動）コミュニティスペース居場所「グミの木」/就労準備支援事業「いくるば ひだ」</p>	
開所時間	平日9:00~16:00（土・日・祝日・年末年始を除く）	
利用手続き	来所または電話、メールにてお問合せ下さい。	
利用料	無料	
対象者 （年齢・地域など）	土岐市及び近隣地域にお住いの16才以上の方	
スタッフ情報	常勤相談支援員2名。非常勤支援員2名。（自立相談支援員、就労準備支援員実務経験者、青少年育成アドバイザー、農業ジョブトレーナー、障がい者サービス提供管理者）	
利用状況	年間利用者15名（過去5年平均）	
交通機関	JR土岐市駅より徒歩25分。土岐市駅より東鉄バス「上田」下車すぐ	
駐車場	3~4台駐車可	

## 支援内容

支援項目	実施	内容など
面接相談	○	随時対応可
カウンセリング		
電話相談	○	随時対応可
メール相談	○	
訪問支援	○	土岐市自立相談支援窓口及び関係機関との連携にて実施。
外出同行		
居場所提供	○	フリースペース、生活自立、社会自立支援
共同生活		
職場体験	○	地域の企業へ就労体験企業連携協定を結び、職場見学、農業体験、就労体験を実施しています。
就労支援	○	土岐市就労準備支援事業と協働
親の会・家族会		
ニュースレター		
その他	○	いくるば寄り道カフェを定期開催。農業体験、参加型ボランティアなどを積極的に行い、地域の方とのふれあい、場づくりを行っています。

## 支援者からメッセージ

農業、除草剤、化学肥料を一切使用しない有機循環自然方法(完全オーガニック)の田畑で、大自然の恵みに感謝する心を育みながら行う農事体験訓練は、心身が調和し整う訓練の一つです。

社会生活に困難を抱える方、ひきこもりに悩むご本人やご家族の方々、誰にも相談できず地域社会から孤立してしまう状況の中、社会とのつながりを回復するために、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必要であることから、安心感や共感性を大切にした居場所づくりをし、対象者の孤立を防ぎ、社会とのつながりの回復を目指します。

「社会的居場所 いくるば」は、誰でも未来へ向かって「行く・来る・場所」です。

名称	<b>⑭アンダンテ実行委員会</b>	
連絡先	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	0577-36-2203 (足立)
	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	—
支 援 方 針 活 動 内 容	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。	
開 所 時 間	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)	
利 用 手 続 き	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	
利 用 料	200円 (会場費)	
対 象 者 (年齢・地域など)	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。	
ス タ ッ プ 情 報		
利 用 状 況	3つの会併せて 月10～15人	
交 通 機 関	高山駅西口(白山口) 出ですぐ	
駐 車 場	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	○	ボランティアができる仕事場を紹介します。
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（休止中） 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	<b>⑮ あゆむ会</b>	
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2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	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 プ 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	<b>⑩岐阜オレンジの会</b>	
連絡先	住所	〒453-0016 愛知県名古屋市中村区竹橋町4-3
	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	お電話またはeメールにてお問合せください。	
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)	

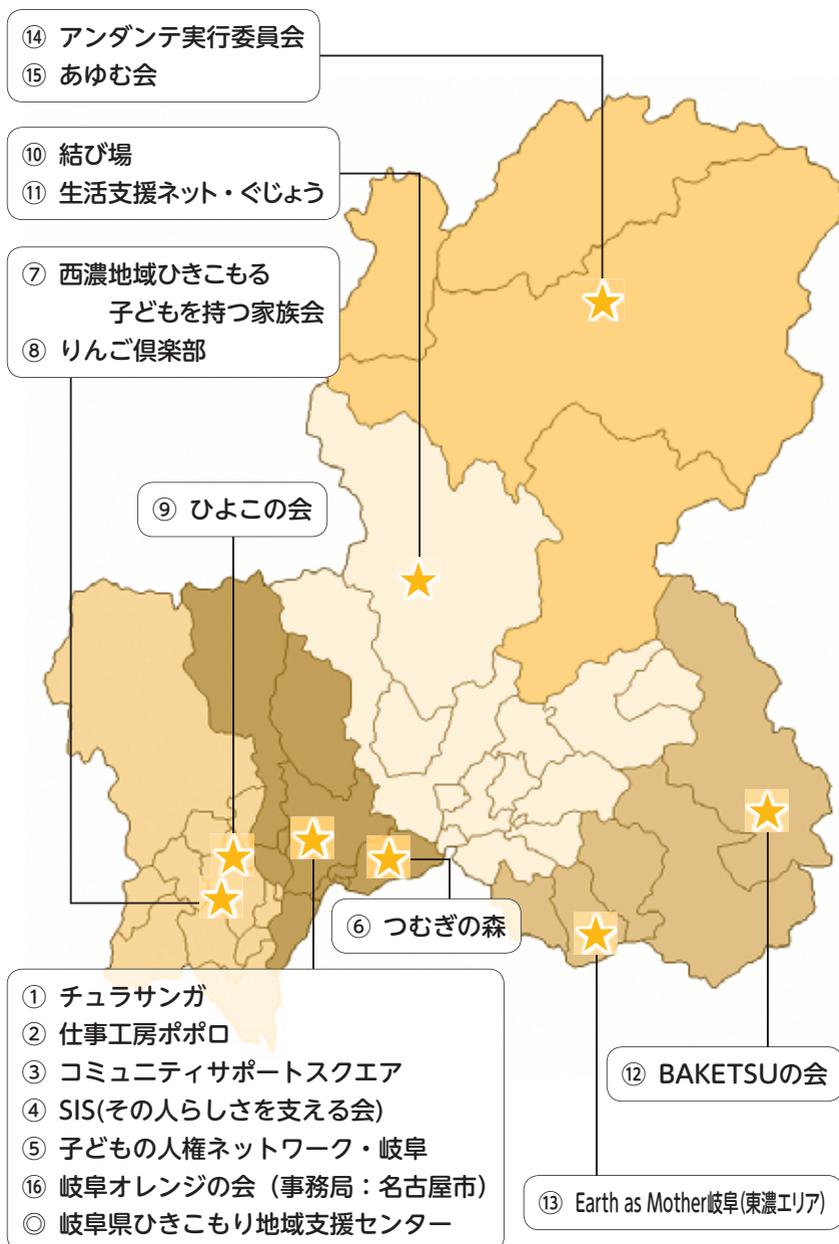
## 支援内容

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となります。
ニュースレター		

## 支援者からメッセージ

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	ひきこもり地域支援センター（精神保健福祉センター内）	
連絡先	住所	〒502-0854 岐阜市鷺山向2563-18（岐阜県障がい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、公認心理師、精神保健福祉士 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9時～午後4時 (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いいのか、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
- ・ひき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、山根市、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回来所しての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 岐阜市藪田南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	備考 *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

発達障がいのある方やその家族及び関係機関の方々に対して相談支援等を行っています。

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	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) 事務所：058-233-5116
開所時間	平日8:30~17:15(祝日、年末年始を除く)

## 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、人権に関すること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>なやみいおう</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、人権に関することなどで悩んだり、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9:30~16:15 (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

若者の社会的・職業的自立を目指す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無業状態の方の就労をサポートします。相談・プログラムの参加はすべて無料・予約制です。

所在地	岐阜本所 〒500-8856 岐阜市橋本町1-10-1 アクティブG2F 飛騨高山サテライト 〒506-0025 高山市天満町5-1-25 飛騨地域地場産業振興センター4F 可児サテライト 〒509-0124 可児市広見1-5 可児市総合会館 郡上サテライト 〒501-4607 郡上市大和町徳永585 郡上市役所大和庁舎 その他、大垣・多治見・下呂・恵那でも出張相談を実施しています。詳細はお問合せください。
電話番号	岐阜本所 058-216-0125 飛騨高山サテライト 0577-35-4770 メール：gifusapo@icds.jp
開所時間	岐阜本所 10:00~17:00 (月~金、第1土曜日16:00迄) 飛騨高山サテライト 10:00~17:00 (月~金、第1土曜日)
備考 *対象者(年齢・地域等)	15歳~49歳までの無業状態の方、およびその保護者

## 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	高山市上昭和町2-220 高山合同庁舎
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棟棟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穩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。

住 所	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））

## 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	備考
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、東白川町、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歳前までの子ども・若者を対象 gifu-kodomo-wakamono@world.ocn.ne.jp
	中央青少年会館	058-266-0566	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
羽 島 市	岐阜市社会福祉協議会	058-255-5511	
	子育て・健幸課	058-392-1111	(内線5302)
	福祉課	058-392-1111	(内線2512)
各務原市	福祉課	058-391-0631	
	健康管理課	058-383-1115	
	社会福祉課	058-383-1252	
山 県 市	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」を奇数 月の第2水曜日に開催している。
	福祉課	0581-22-6837	
	健康介護課	0581-22-6838	
瑞 穂 市	山県市社会福祉協議会	0581-52-3010	
	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 福祉総合相談センター 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	058-323-7754	
	健康増進課	058-320-0153	
	本巢市社会福祉協議会	058-320-0531	
岐 南 町	健康増進課	058-247-1321	
	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、 生活困窮に関する事
	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	
	社会福祉課	0584-47-7214	
	地域包括支援センター	0584-82-1166	
	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	
	養老町社会福祉協議会	0584-34-3504	
垂 井 町	健康福祉課 社会福祉係	0584-22-7503	
	保健センター	0584-22-1021	
	垂井町社会福祉協議会	0584-23-3335	
関ヶ原町	健康増進課	0584-43-3201	
	住民課	0584-43-1113	
	関ヶ原町社会福祉協議会	0584-43-2943	
神 戸 町	健康福祉課	0584-27-0175	
	保健センター	0584-27-7555	

	担当課名	電話番号	備考
神戸町	神戸町社会福祉協議会	0584-28-0223	
	福祉課	0584-69-3128	
輪之内町	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	
揖斐川町	安八町社会福祉協議会	0584-47-7704	
	揖斐川保健センター	0585-23-1511	
	健康福祉課	0585-22-2111	
大野町	子育て支援課	0585-22-2111	
	福祉課	0585-34-1111	
	保健センター	0585-34-2333	
池田町	大野町社会福祉協議会	0585-34-2130	
	保健センター	0585-45-3191	
	健康福祉課	0585-45-3111	
池田町	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	福祉政策課地域共生推進室	0575-23-7798	
	関市社会福祉協議会	0575-23-5444	関市くらし・まるごと支援センター
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) 内線341(心と暮らしの相談窓口)
	健康課	0574-25-2111	内線387
可児市	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 生活支援係：生活困窮担当
郡上市	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	
	社会福祉課	0575-67-1811	
坂祝町	郡上市社会福祉協議会	0575-88-9988	
	福祉課	0574-66-2406	
坂祝町	坂祝町社会福祉協議会	0574-27-1222	くらし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（2561/2562） 福祉係（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	保健福祉課	0574-78-2100	保健福祉センター内
御嵩町	福祉課 保健予防係	0574-67-2111	健康に関すること
	福祉課 社会福祉係	0574-67-2111	障がい福祉サービス、 生活困窮に関すること

### ○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
	子育て支援課	0572-68-2115	児童家庭相談
	健康づくり課	0572-68-9785	こころの健康相談（保健所主催）
	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 ご本人・ ご家族対象の居場所「ふらっと」

	担当課名	電話番号	備考
恵那市	社会福祉課	0573-22-9136	福祉総合相談係
	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・就労サポートセンター土岐	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支援センター (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	高山市総合福祉センター 地域福祉課
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
	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	健康に関すること
	地域包括支援センター	0567-53-2100	
	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	
	白川村社会福祉協議会	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3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

2021年（令和3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



