

# ひきこもり相談会

～ひきこもりに関するお悩みをお聞きします～

東京都ひきこもりサポートネットの相談員が、中央区で出張相談を行います。  
ひきこもっている家族にどう声をかけたらいいのかわからない、ひきこもっている  
子どもの将来が心配、などのお悩みはありませんか？  
ささいな悩みでも結構です。この機会にぜひ、お気軽にご相談ください。

開催日時 **令和5年12月25日（月）、12月26日（火）**  
午前10時～午後5時（お一人あたり45分程度、一日6組まで）

相談会場 **中央区役所（裏面参照）**

申 込 （1）申込先 東京都ひきこもりサポートネット  
（2）申込方法 事前予約制です。電話で受け付けます。（匿名可）  
**TEL 0 1 2 0 - 5 2 9 - 5 2 8**  
（3）受付時間 月～土曜日 午前10時～午後5時（祝日を除く）  
（4）申込期限 12月18日（月）

※ 申込期間を過ぎても予約状況によりお申込みいただける場合がありますので、  
お問合せください。

## 《対象》

中央区内に住居があり、ひきこもりに関するお悩みをお持ちの当事者の方（※）又は  
そのご家族

※義務教育終了後の15歳以上に限る。

（病名診断等の医療行為に関わることなど、相談の内容によって対応できない場合も  
ございます。）

## （問合せ先）

中央区 生活支援課 相談調整担当 TEL 03-3546-5303  
FAX 03-3544-0505

## 《当日の流れ》

- ①待合室で個別相談用紙等に記入（約10分）
  - ・相談を円滑に進めるため、現在の状況等について、事前に個別相談用紙等への記入をお願いしております。
- ②相談室に移動して個別相談（約45分）
  - ・相談者様のお話を丁寧に聴きした後、ご本人やご家族の状況に合わせて、今後必要な支援内容を検討し、関係機関をご紹介します。
  - ・本相談会は無料ですが、ご紹介する関係機関については、有料の場合もございます。
- ③関心のある資料（パンフレット、チラシ）のお持ち帰り。

## 《相談事例》

- ①20代になる長男が、大学時代に不登校になり退学をした。その後、就職をせずにひきこもっている。長男とどのように接したらよいか？（50代の両親）
- ②80代の両親が、高校を卒業後、一度も働いた経験のない50代の次男の世話をしている。両親が亡くなった後の次男の事が心配。どうしたらよいか？（60代の長男）
- ③大学卒業後に就職した長女が、職場の人間関係によるトラブルで、退職後、ひきこもっている。長女に働いて欲しいが、どうしたらよいか？（40代の両親）

## 《相談会場》

中央区役所（中央区築地1-1-1）

＜相談会場案内ページ＞

## 《アクセス》

電車 東京メトロ有楽町線「新富町駅」1番出口から徒歩1分  
東京メトロ日比谷線「築地駅」3番・4番出口から徒歩5分  
バス 中央区コミュニティバス（江戸バス）

「①中央区役所」停留所から徒歩0分

※駐車場は収容台数に限りがございますので、ご来庁は公共交通機関をご利用ください。



## 「東京都ひきこもりサポートネット」とは

東京都のひきこもり相談窓口です。電話、メール、訪問、来所での相談や、ピアサポーター（ひきこもりの経験がある方やその家族）によるオンライン相談を行っています。

また、年12回の家族セミナー・個別相談会も行っています。

●電話相談 TEL 0120-529-528

受付時間：月～土曜日 午前10時～午後5時（年末年始・祝日を除く）

