

他にもいろいろな相談窓口があります

県内でひきこもりの相談を受けている機関には
 ○市町村窓口 ○地域の保健福祉事務所
 ○児童相談所 ○精神科・心療内科などの医療機関
 など、ご本人の状況に合わせて相談窓口を選ぶこと
 になります。

また、フリースペース、フリースクールや家族会
 などのひきこもり支援団体などもあります。

ひきこもりや心の問題などの相談窓口

| 名称 | 所在地 | 電話番号 |
|---|----------------------|--------------|
| 宮城県仙南保健福祉事務所 (仙南保健所) | 大河原町字南129-1 | 0224-53-3132 |
| 宮城県仙台保健福祉事務所 (塩釜保健所) | 塩釜市北浜4-8-15 | 022-365-3153 |
| 宮城県仙台保健福祉事務所 岩沼支所 (塩釜保健所岩沼支所) | 岩沼市中央3-1-18 | 0223-22-2189 |
| 宮城県仙台保健福祉事務所 黒川支所 (塩釜保健所黒川支所) | 富谷市ひより台 2-42-2 | 022-358-1111 |
| 宮城県北部保健福祉事務所 (大崎保健所) | 大崎市古川旭4-1-1 | 0229-87-8011 |
| 宮城県北部保健福祉事務所 栗原地域事務所 (栗原保健所) | 栗原市築館藤木5-1 | 0228-22-2118 |
| 宮城県東部保健福祉事務所 (石巻保健所) | 石巻市蛇田字新沼田 12-4-1 | 0225-95-1431 |
| 宮城県東部保健福祉事務所 登米地域事務所 (登米保健所) | 登米市迫町佐沼 字西佐沼150-5 | 0220-22-6118 |
| 宮城県気仙沼保健福祉事務所 (気仙沼保健所) | 気仙沼市東新城3-3-3 | 0226-21-1356 |
| 宮城県精神保健福祉センター | 大崎市古川旭5-7-20 | 0229-23-1603 |
| 仙台市ひきこもり地域支援 センター (仙台市にお住まいの方) | 仙台市若林区 遠見塚1-18-48 | 022-285-3581 |
| 仙台市精神保健福祉総合センター (はあとぼーと仙台) (仙台市にお住まいの方) | 仙台市青葉区 荒巻字三居沢1-6 | 022-265-2191 |

相談方法は？

対象 宮城県内にお住まいの、おおむね18才以上
 のご本人と、そのご家族です。
 ＊仙台市以外にお住まいの方が対象です。

相談方法 電話や来所等による相談
 (来所相談は予約制)

宮城県ひきこもり地域支援センター

住所 〒989-6117
 大崎市古川旭五丁目7-20
 (宮城県精神保健福祉センター内)

電話番号 0229-23-0024

受付時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
 9時～12時、13時～16時

交通のご案内

- ・JR古川駅南出口から徒歩20分
- ・宮城交通バス「大崎合同庁舎前」下車徒歩3分

宮城県ひきこもり地域支援センター南支所

住所 〒982-0001
 仙台市太白区八本松一丁目10-18-202

電話番号 022-393-5226

受付時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
 10時～17時

交通のご案内

- ・地下鉄長町一丁目駅下車徒歩15分
- ・JR長町駅下車徒歩20分

ひきこもり

～ひとりで悩まないで～



宮城県ひきこもり地域支援センター (宮城県精神保健福祉センター内)

TEL / 0229-23-0024

《南支所》TEL / 022-393-5226

ホームページ <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/seihocnt/>



ひきこもりとは

「ひきこもり」は、病名ではなく、状態を示す言葉
 です。

「ひきこもり」はさまざまな要因によって社会的な
 参加の場がせばまり、就労や就学などの自宅以外
 での生活の場が長期にわたって失われている状態の
 ことを指します。

また、「いじめのせい」「家族関係のせい」「病気の
 せい」と一つの原因で「ひきこもり」が生じるわけ
 ではありません。身体的なこと、心理的なこと、社会
 的なこと等、「ひきこもり」には、様々な要因が絡み
 合っています。中には、精神障害や発達障害などが
 背景にある場合もあります。

「ひきこもり」が長くなるほど、社会生活に戻るま
 でに時間がかかりますし、ご家族の不安も大きくな
 ります。

「ひきこもり」の長期化を防ぐためには、適切な支
 援を得ることが大切になります。

ご家族の方へ

ひきこもりは甘えやなまけだと思われることがあ
 りますが、そうではなく、「元気」や「自信」がなくな
 っている状態です。ご本人やご家族だけで問題を解
 決する事が困難な場合も、少なくありません。まず
 は、ひきこもりについての正しい知識をもち、ご本
 人にあった適切な対応が必要です。

宮城県ひきこもり地域支援センターの 事業内容

- ひきこもり状態にあるご本人やご家族等への個別
 相談(電話・来所相談)
- ひきこもりの若者を抱えるご家族のための青年期
 (ひきこもり)家族会の開催
- ひきこもり状態にあるご本人のための居場所支援
- ひきこもりに関する情報や関係機関に関する情報
 収集、ホームページなどによる情報発信
- ひきこもり等支援関係者研修
- ひきこもり支援ネットワークの推進及び関係者の
 支援



皆様のご相談をお待ちしております。話す
 ことで気づくこともあります。

具体的にお話を伺いながら、解決に向けて
 の取り組みを、一緒に考えていきましょう。
 ひきこもりに関すること等、是非ご相談くだ
 さい。

青年期(ひきこもり)家族会のご案内

当センターでは、ひきこもり等の悩みを持つご
 家族を対象とした家族会を月に一度開催しており
 ます。同じ悩みを持つご家族同士が、安心して自
 分の気持ちを話せる場となっております。お父さ
 さん、お母さんをはじめ、祖父母の方、ご兄弟の方
 も参加できます。

開催日 月1回
 (詳細はお問い合わせください)

場所 宮城県精神保健福祉センター

対象者 県内在住で、ひきこもりの方がいらっし
 ゃるご家族
 ＊仙台市以外にお住まいの方が対象です。

内容

ご家族自身の気持ちの持ち方やその時々
 の悩みなどをみんなで共有し合いながら、ひきこも
 りご本人の良い変化を引き出していくためにご家
 族のエネルギーを蓄えていく、そんな明るい家
 族の会をめざしています。

申し込み

初めて参加をされる方は事前に面接をさせて
 いただきますので、電話でご連絡ください。

TEL 0229-23-0024

