

ひきこもりとは？

様々な理由により、学校やアルバイトや仕事などの外との関わりを避けて、6カ月以上自宅にとどまり続けている状態のことです。

買い物や散歩等の、他者との関わりを持たない外出が可能な方も、中にはいらっしゃいます。

誰にでも起こり得ることですから、恥ずかしいことでも、咎められることでもありません。



新潟市委託事業 新潟市ひきこもり相談支援センター

〒950-0082 新潟市中央区東万代町9-1 新潟市万代市民会館5階

お問い合わせ **TEL:025-278-8585**

FAX:025-278-8584

mail:info@n-hikikomori.org

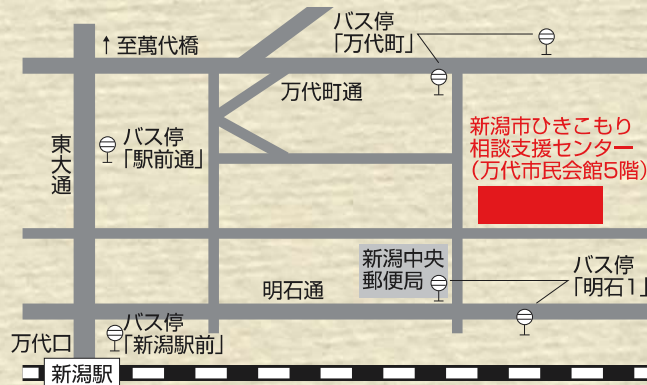
URL:www.n-hikisen.com



- 開所日 火曜日～土曜日(祝日、年末年始をのぞく)
 - 開所時間 午前9時～午後6時
 - 対象:新潟市にお住まいのひきこもり状態の方、及びその家族等
- 利用料はかかりません**



5階でお待ちしております！



※駐車場はありません。車でお越しの方は、近くの有料駐車場をご利用ください。

- 受託団体
ささえあいコミュニティ生活協同組合新潟
新潟市西区小針南台3-16 TEL 025-378-6181

新潟市ひきこもり相談支援センター

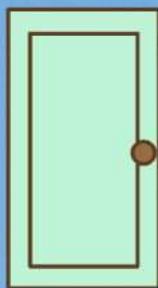
出てみよう

街に

そろそろ



こんな気持ちに
なることは
ありませんか？



いつかは、なんとか
するつもりだ



どうしたらいいか
分からない

誰にも理解して
もらえない

ひきこもっている
自分自身がイヤだ

ひきこもっている家族に
どう接していいか
分からない

よかったら一緒に
考えさせてください。

あなたのペースで
少しずつ進んで
みませんか。



相談開始までのながれ

電話またはメールでお問い合わせください。
簡単に状況をおうかがいして、来所面談の予約
をお取りします。すぐのご来所が難しい場合は、
電話やメールでお話を聞かせて
ください。



相談支援

来所面談（予約制）や電話相談をお受けして
います。相談内容を整理し、自身がどうあり
たいかを考えます。
ご家族の方だけでもお越してください。
一人で抱え込まずに、お気軽にご相談ください。

訪問支援

外出が難しい方にはご自宅等での相談も
行っています。
実施には、本人の意思確認が必要です
（抜き打ちでの訪問は行いません）。

居場所

ひきこもり経験者が集まって話せる
「居場所」を週に1度開催しています。
また、女性だけが参加できる「女性の居場所」
も、月に1度開催しています。
よかったらのぞきに來てください。

就労前体験

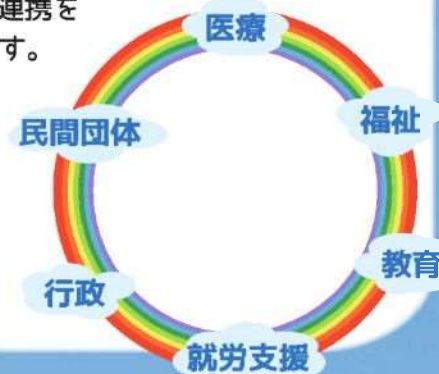
センターの利用者さん向けに、簡単な
ボランティア体験の機会を設けています。

家族会

ひきこもり当事者を持つご家族同士の
語らいの場や、勉強会を実施します。

関係機関ネットワーク

ご相談内容に応じられるよう、
他機関との連携を
行っています。



そろそろ
街に
出てみよう

