

宍粟市

ひきこもりに関する個別相談のご案内

宍粟市では、ひきこもりに関する個別相談を実施しています。
ご本人・ご家族等の相談、匿名での相談も可能です。

開設日： 毎月第4水曜日 13時～15時（1組1時間程度）

（変更する場合がありますので、広報やしーたん放送でご確認ください。）

申込み： 福祉相談課 TEL 63-3168

相談員： 兵庫ひきこもり相談支援センター播磨地域ランチの相談員と
市の保健師

※事前予約制、先着順のご案内になります。
必ず電話等でご予約ください。



ひきこもりとは、

仕事や学校に行かず（社会参加を回避）、かつ家族以外の人との交流をほとんどせずに、6か月以上続けて自宅に引きこもっている状態（ときどき買い物などで外出することもあるという場合もひきこもりに含める）と厚生労働省ではひきこもりを定義しています。

思いを誰かに吐き出すことで少し心がほぐれ、外へ一歩踏み出すきっかけにつながればと思います。