

待ってます 居場所 歩歩-ぽぽ-



ひきこもりの居場所、あります

- ・他人視線が怖い
- ・家から出られない
- ・学校に行けない
- ・働くことができない
- ・社会になかなか馴染めない

ひきこもりとは病名ではなく、
仕事や学校に行かず、かつ家族以外
の人との交流をほとんどせずに、
原則的には6ヶ月以上にわたって
概ね家庭にとどまり続けている
状態のことです。

【対 象】 宍粟市在住のひきこもり・不登校当事者やご家族
社会の中で生きづらさを感じている方

※個別訪問も可能です

【開所日】 水曜日～土曜日

※祝祭日・年末年始は閉所

【時 間】 10:00～15:00

(水曜日は12:00～17:00 最終金曜日のみ15:00～20:00 -夜歩歩-)

【場 所】 宍粟市山崎町段194番地 | ※ご相談もお受けしています(要予約)

【家族会】 ひきこもり家族会
ぼちぼち(母親の会)
おしゃべりルームらく
(不登校の親の会)

[毎月第2土曜日 13:00～]
[毎月第3土曜日 10:00～]
[毎月第4土曜日 10:00～]

☎ 080-9285-9812

✉ popo@npohimawarinoie.net

📷 X @ibasyopopo

居場所の日々を更新中♪



※都合により予定が変更となる場合があるため、初来所時にご連絡をお願いします

歩歩は

あなたの
充電場所



いつ来ても、帰っても大丈夫。過ごし方は**自由**♪

各家族会について

ひきこもり家族会

今ある命を大切にしながら、笑顔で生きていける道と一緒に見つけていけたら…。そんな家族会でありたいと思っています。

おしゃべりルームらく(親の会)

子育てのこと、家族のこと、学校のこと、行きしぶりのこと…。みんなでゆっくりお話しませんか？ 親子での参加もちろん大歓迎！参加の仕方は自由です。

ぼちぼち(母親の会)

社会で生きづらさを抱えている母親の会です。ほっこり和気あいあいのひと時を過ごしています。



～ありのままのあなたでお越しください～

頑張り過ぎたあなたには、**エネルギーを貯める時間**が必要かもしれません。もし、ひとりでは貯めることができずに悩まれていたら、ぜひ居場所へお越しください。悩みや困りごとを共有しながら、楽しいことを一緒にやりましょう♪

「楽しい時間」を誰かと過ごせることが、エネルギーを貯めるのに何より大切だと考え活動しています。

夜歩歩

-居場所-

「昼間は人の目が多くて外には出にくい」「日中の活動はしているが居場所が欲しい」など、夜だったら行けるのという方！ぜひ、夜歩歩(居場所)へお越しください♪

いつもはカフェ営業している店内で、雑談やゲーム交流だけでなく、コーヒー淹れ体験(サイフォン使用)など、カフェ店内を活用した交流をしています。



静かな夜の
カフェでの交流

毎月最終金曜日
15:00～20:00

NPO 法人ピアサポートひまわりの家

居場所 歩歩-ぽぽ-

令和8年度 宍粟市委託【ひきこもりサポート業務】