

岐阜市の方を対象とした相談窓口はこちら

# ひきこもり相談室

058-214-3703

(平日 8時45分～17時30分)

✉ hikikomori-soudan@city.gifu.gifu.jp

- ご本人はもちろん、ご家族からの相談もお待ちしています。
- 年齢制限はありません。
- 秘密厳守で対応しておりますので、安心してご相談ください。
- 相談方法について、来庁による面談はもちろん、電話やメール、zoomによるオンライン相談※、訪問など、あなたに合った方法をお選びいただけます。
- 相談の申し込みにはオンライン申請もご利用いただけます。

※zoomによるオンライン相談をご希望の方は、電話かメールまたはオンライン申請で予約が必要。

## 駐車場のご案内



「岐阜市役所前」交差点を北上し、左折にて駐車場へご入場ください。駐車場北側からの右折入場は出来ません。

「ひきこもり相談室」の  
ホームページ・オンライン申請は  
こちら➡



〒500-8701  
岐阜市司町40番地1

岐阜市役所  
福祉部福祉政策課内(10階)

ひ

とりで悩まないで

き

かせてください

こ

ころのままに

も

う一歩踏み出したら

り

ひと じゃないよ

ひきこもりとは・・・

さまざまな要因の結果として、就学、就労等の社会参加を避けて、原則として6か月以上にわたって家庭にとどまり続けている状態です。



「ひきこもり」は“生きるため”の行為。そして、エネルギーを貯めるためのとても重要な“充電期間”なのです。

岐阜市

岐阜市には

# ひきこもり相談室

があります。

悩みや不安、心配ごとなど、  
どのようなことでも気軽に  
お聞かせください。

相談窓口の情報は、裏面をご覧ください。

## ひきこもりの原因は何？ 病気なの？

人それぞれに理由や原因があり、  
様々な問題が複雑に絡まり合っています。

原因がよく分からないことが多いのですが、  
その背景に何らかの病気や障がい隠れて  
いることもあります。

「ひきこもり」は  
誰にでも起こりえます。  
甘えや怠けではありません。



## ひきこもり相談室では どんなことをしているの？

相談の他に、  
・精神科医による家族相談  
・家族の集い「ほっとcafé」  
などがあります。

## 本人は何を考えて いるのでしょうか？

ひきこもりの状態にある多くの方は、  
悩み、考え、苦しんでおられます。  
その思いの中には、いつか元気になって、  
自分もできることをしたい、働きたい、  
活躍したいなどという気持ちも抱えて  
いらっしやいます。

## どんな人が相談員ですか？

ひきこもりについての  
知識や相談経験のある、  
保健師、精神保健福祉相談員  
がお話を伺います。



## 異性が苦手なのですが、 相談員は男性、女性？

男性・女性それぞれ相談員が在籍  
していますので、ご相談ください。



## 本人に仕事をするよう、 勧めて欲しいのですが…

ひきこもりの方に必要な支援は、  
就労だけではなくありません。

ひきこもりの状態にある多くの方は、  
「生きづらさ」や孤立、孤独を感じています。  
まずは生きていていいと思えること、  
自己肯定感を取り戻していただくことを  
第一に考え、寄り添い続けたいと思っています。

step 1

相談  
受付

相談  
無料

まずは、お電話ください。

TEL 058-214-3703

初回の相談日時の調整を行います。

メールやオンライン申請でのお問い合わせも可能です。

step 2

初回の  
相談

- 来所・オンライン(zoom)による相談は予約制  
となります。
- 必要に応じて訪問での相談も実施しています。

- 家族相談を通して、ご本人への関わり方や  
今後の方向性について一緒に考えていきます。
- 他の支援機関ともつながりながら、ご本人らしい  
生活を送れるよう、サポート体制を整えます。

つながり続け、  
共に考える

岐阜県のひきこもり  
相談窓口はこちら

岐阜県ひきこもり地域支援センター



ホームページ

TEL 058-231-9724

〒502-0854

岐阜市鷺山向井2563-18