



「ひきこもり」に関する相談について

ひきこもりとは…

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、6か月以上にわたり、おおむね家庭にこもっている状態をさします。

- *外出していても、家族以外との交流が殆どありません
- *「甘え」や「怠け」ではありません
- *家族の育て方が間違っているからということはありません
- *精神疾患や発達障がいに関係している場合があります
- *長期間に及ぶと、経済的問題や健康問題など、生活面の問題も深刻になってきます

ひきこもりのことで何かお困りごとはありませんか

家にいても「不安」「イライラする」

自信が持てず、外出できない

どう対応したらいいのかわからない

子どもが人と関わろうとしない

人と接するのが苦手、怖い



ご本人

このままでは将来が不安

家族が疲れてしまっている



ご家族

仕事に就こうとしない



身近に相談出来る場所があります

ひきこもりという状態は、背景や思いは一人ひとり違います。ご本人やご家族で悩みを抱え込まず、まずは相談してみませんか。一緒に考えていきましょう。
(どこに相談したらよいかわからない方は、まずは今治市健康推進課までご連絡ください。)

市の相談窓口

今治市健康推進課 (今治市中央保健センター内)
☎0898-36-1533



月～金 8:30～17:15 (祝祭日年末年始を除く)

各支所住民サービス課

※来所相談希望の場合はあらかじめお電話ください

経済的なことや仕事などの相談先

くらしの相談支援室 今治市生活自立相談センター (今治市役所1階)
☎0898-36-1513

月～金 8:30～17:15 (祝祭日年末年始を除く)
※生活が困窮し、家計や仕事など生活に関する困りごとなど

東予若者サポートステーション
☎0897-32-2181

※対象: 学生を除く15～49歳の就職を目指す方及びその家族

障害者就業・生活支援センターあみ(今治圏域)
☎0898-34-8811

※障がいがある方で仕事をしていく上での生活面の困りごとなど

今治市健康づくり計画推進キャラクター
ケンちゃん コウちゃん



県の相談窓口

愛媛県ひきこもり相談室

愛媛県心と体の健康センター内

☎089-911-3883

月～金 9:00～17:00 (祝祭日年末年始を除く)
※来所相談は予約制です

今治保健所 健康増進課

☎0898-23-2500 (内線232・239)

月～金 8:30～17:15 (祝祭日年末年始を除く)

家族会

KHJ愛媛県こまどりの会
(ひきこもり家族会)

☎080-3167-2063

(代表: 太田)

※同じ悩みを抱えた家族同士で話が出来る交流会(定例会)や学習会など居場所運営を行っています。