

相談方法は？

対象

香川県内にお住まいの、ひきこもり状態にあるご本人及びそのご家族

相談方法

来所相談

※予約制

まずは、お電話
ください。

087(804)5115



電話相談

メール相談

ホームページから
相談受付画面へ
アクセスでき
ます。



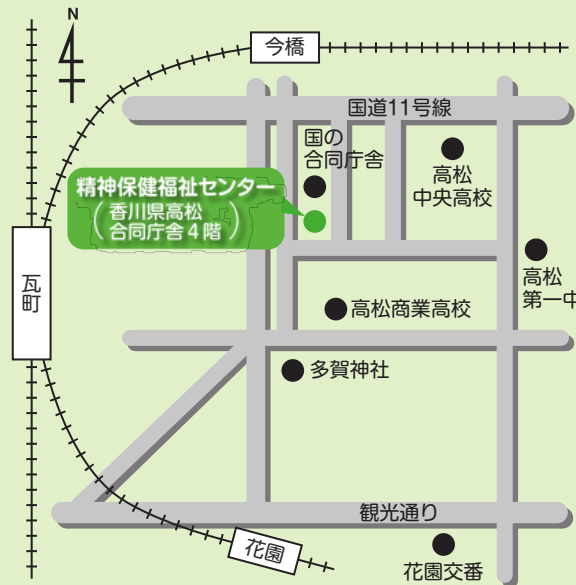
[http://www.pref.kagawa.lg.jp/
seishinhoken/hikikomori.html](http://www.pref.kagawa.lg.jp/seishinhoken/hikikomori.html)

受付日時

月曜日～金曜日 8:30～17:15
(祝休日・年末年始を除く)

- 専門の相談員が対応します。
- 相談内容についての秘密は守られます。
- 相談は無料です。

交通のご案内



ことடன்瓦町駅より 徒歩約10分
ことடன்今橋駅より 徒歩約5分

香川県ひきこもり地域支援センター アンダンテ Andante (香川県精神保健福祉センター内)

〒760-0068 香川県高松市松島町1丁目17-28
香川県高松合同庁舎 4階
TEL (087) 804-5115
FAX (087) 835-5474

香川県ひきこもり地域支援センター

検索

[http://www.pref.kagawa.lg.jp/
seishinhoken/hikikomori.html](http://www.pref.kagawa.lg.jp/seishinhoken/hikikomori.html)

香川県ひきこもり地域支援センター

Andante
アンダンテ

～相談のご案内～

香川県精神保健福祉センター

ひきこもり地域支援センターの愛称 Andante (アンダンテ) は、音楽用語です。「歩くように、ゆっくりと」という意味を込めています。

ひきこもりとは。。。

「ひきこもり」とは、様々な要因の結果として社会的参加ができず、原則的には6ヶ月以上にわたって家庭等にとどまり続けている状態のことを指します。

ひきこもりは一つの要因で生じているわけではありません。様々な要因や背景が絡み合っ、人とつながること、社会とつながることが困難になっているのです。中には精神疾患が背景にある場合や、明確な要因が見当たらない場合もあります。

そのため、それぞれの状態に応じた対応を考え、工夫していくことが必要です。

ひきこもりの問題を抱えていると、どうしても世間の目などが気になり、隠してしまいがちになります。そして、そのようにご家族だけで抱え込んでしまうと、ご家族もご本人も社会から孤立してしまい、かえって問題が長期化してしまう可能性があります。

ひきこもりに悩んだときは、自分たちだけで抱え込まず、適切な支援を得ることが大切です。

こんなことで悩んでいませんか？

たとえば…

ご本人

- ◆ このままではいけないと思うけれど、どうしたらいいかわからない
- ◆ 人と関わるのが苦手
外に出られない
- ◆ 自分の将来が不安
など



ご家族

- ◆ どう接したらいいかわからない
- ◆ 早く解決させようと焦ってしまう
- ◆ 子どもの将来が不安
など



誰かに話すことで気持ちが軽くなったり、一緒に考えることで新たな糸口が見つかるかもしれません。

「ひきこもり地域支援センター」は、専門のひきこもり支援コーディネーターによる個別相談等を行っています。また、相談内容に応じて適切な機関を紹介させていただくこともあります。

同じ悩みを持つ仲間との出会いの場です

ひきこもり親のグループワーク (月1回)

当時者の親を対象としたグループワークです。同じ悩みを抱えた親同士が自由な雰囲気の中で話し合い、悩みを相談したり、ひきこもりの当事者への理解を深める場です。

ひきこもり当事者の集い

ポコ ア ポコ 「poco a poco」 (月2回)

当事者の方が、仲間作りの場として気軽に集まり、安心して過ごせる居場所として利用していただいています。

※活動内容によっては実費負担があります。

最初はうまくいかない
かもしれないけれど…
新しい仲間と出会って
みませんか。



これらのプログラムは、来所相談に来られたご本人やご家族を対象に紹介させていただいています。希望される方は、まずご相談ください。