



発行：いわき市保健所 地域保健課 精神保健係

〒973-8408 いわき市内郷高坂町四方木田 191

(総合保健福祉センター内)

TEL：27-8557 FAX：27-8607

メール：hokenjo-chiikihoken@city.iwaki.lg.jp

相談日時：毎週月～金 8：30～17：00 (祝日、年末年始を除く)

相談方法：面談(要予約)・電話・メール

お気軽にご相談ください

いわき市 ひきこもり対策
(市ホームページ)



ひきこもり講演会動画
(市ホームページ)



ひきこもり専門相談(要予約)

- 対象：ひきこもりに悩むご本人やご家族など
- 会場：総合保健福祉センター
- 内容：心理士による個別相談（原則 1 人 1 回）
- 料金：無料
- 申込：電話または窓口
- 日時：金曜日 13：30～16：30 （1 人あたり 1 時間）

自分の体調・生活を相談したい。
家族としてどう接したらいいか
相談したい。



4月26日	6月18日(火)	8月30日
10月18日	12月6日	R7年2月21日

訪問 ひきこもりアウトリーチ(要予約)

- 対象：ひきこもりに悩むご本人(16歳以上)やご家族
- 内容：心理士と保健師による訪問
- 料金：無料
- 申込：電話または窓口
- 日時：申し込み時にご確認ください。



体調面や対人関係の
悩みを相談したい

外出するのは不安だけど、
誰かに悩みを聞いてほしい

ひきこもり家族教室

(要事前申込)

ひだまりの会～家族が元気になる会～

- ・対象：ひきこもりに悩むご家族
- ・会場：総合保健福祉センター
- ・内容：同じ悩みを抱えた家族同士の交流、

クラフト
講話（CRAFT（コミュニティ強化と家族トレーニング）等）

- ・料金：無料
- ・申込：電話または窓口
- ・日時：金曜日 13：30～14：30

（8、9月はプログラムの都合上、13：30～15：00で開催します。）

4月19日	5月10日	6月21日	7月19日
8月21日（水）	9月18日（水）	10月11日	11月8日
12月13日	R7年1月10日	2月7日	3月7日

家族教室の目標

- ・家族自身が幸せになる
- ・ひきこもりに関する知識や情報を得る



ひきこもり当事者会

(要事前申込)

つどい×交流の場「いっぽ」

- ・対象：ひきこもりに悩むご本人(16歳以上)
- ・会場：総合保健福祉センター
- ・内容：自由活動、グループミーティング等
- ・料金：無料
- ・申込：電話または窓口
- ・日時：水曜日 13：30～15：00

「1人」でも「みんな」でも過ごせる居場所です。自分のペースで参加できます。



4月24日	5月22日	6月26日	7月24日
8月28日	9月25日	10月23日	11月20日
12月18日	R7年1月22日	2月26日	3月12日