

ご本人・ご家族向け

東京都ひきこもりサポートネット

電話、メール、ご家庭への訪問によりひきこもりのご本人やご家族・ご友人などからのご相談に専門の相談員が対応しています。訪問での相談をご希望の方は狛江市子ども政策課が受付窓口となります。

☎03-3430-1111 (代表) ※子ども政策課へ
☎0120-529-528 (東京都ひきこもりサポートネット)



狛江市教育支援センター

狛江市在住のお子さん(小・中学生・高校生)の悩み・心配ごとやその保護者、関係者の方の相談を行う心理士と、児童・生徒や家庭が抱える様々な問題に対し、学校と連携しながら有効な支援策を見立て、支援ネットワークを築くスクールソーシャルワーカーを配置しています。

☎03-3430-1311 (代表)



多摩府中保健所

保健師による電話・面接・訪問相談のほか、専門医による精神保健医療相談、社会復帰促進事業(グループワーク)を実施しています。ご希望の際は保健師に相談を。

☎042-362-2334 (代表)



狛江市子ども家庭支援センター

18歳までのお子さんと家庭に関する相談を受け付けています。(総合相談)子育てのことで悩み、どこに相談したらよいか分からないことなど電話や面接で相談をお受けします。

(気持ちの相談)家族のこと、夫婦の問題、自分のことなど、臨床発達心理士が相談をお受けします。(要予約)

☎03-5438-6606



狛江市 こころの健康相談室(精神保健相談)

日々の生活の中での様々なこころの悩みや病気、不安、性格・行動などの問題で困っている方の相談を専門医が行っています。

悩みや不安を抱えている本人はもちろん、ご家族や支援者からのこころの健康に関する相談に応じています。

☎03-3430-1111(代表) ※狛江市福祉相談課へ



狛江市社会福祉協議会 コミュニティソーシャルワーカー

「困っていることがあるけど、どこに相談したらいいのかわからない」など、福祉に関する困りごとや気になることに対応しています。今ある制度では解決しにくい困りごとを抱えている方に寄り添い、一緒に考え、解決できるようにお手伝いをします。

☎03-3488-0313 (直通)



ご本人向け

こまえチャイルドライン

電話を通して18歳までの子どもたちの「悩み」「惑い」「話し相手を求める声」などを聴き、寄り添い、子どもが自分に向きあい、自ら問題を解決できるよう支援する活動を行っています。

毎週木曜 16時~21時

☎0120-99-7777



若者の居場所タルトタン

10代~20代までの方が無料で利用することができます。フリースペース(遊び・勉強・読書など)や相談の場(要予約)としてご利用ください。男性の心理カウンセラーが常駐しています。毎週(水)の15時半~18時までよしこさん家(元和泉3-10-4)にて開催。

☒tarutotatan.yosikosann@gmail.com



ちょうふ若者サポートステーション

働くことに悩んでいる15~49歳のための総合相談窓口です。個別相談(オンライン有)、各種セミナー、しごと体験を無料でご利用いただけます。働きたいけれど、何からはじめたいかわからない、自信がないという方とじっくりと向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し、「職場定着するまで」を全面的にバックアップします。

☎044-444-7975



こま YELL (エール)

生活困窮者自立支援制度に基づく相談窓口。経済的に生活を維持できなくなる前に、問題解決に向けた支援を実施することで自立の促進を図ることを目的としています。

☎03-3430-1111 (代表)



ご家族向け

NPO 楽の会リーラ

ひきこもりの親の会をベースに2001年設立。支えあいの精神に基づいて、ひきこもり状態からの脱出回復及び社会参加の実現を目的としています。電話相談、グループ相談、カウンセリング、訪問、ボランティア・就労体験支援、コミュニティーカフェ(居場所)、家族会月例会、親の学習会、等の活動をしています。

NPO 楽の会リーラ ☎03-5944-5730 ☒info@rakukai.com



ひきこもりや不登校など

生きづらさを抱えた方とそのご家族向け

狛江の 地域資源情報



狛江市内にはひきこもりや不登校などの子をもつ親の居場所が3つあります。

家族会ではすぐに解決に至らなくても、他の参加者との対話の中で気づきが得られたり、情報交換から新たに知ることもたくさんあります。

同じような悩みを抱えている方の力になれたらという思いで家族会3団体が横の連携を図り、この紙面を作成しました。

ひとりで抱えずあなたの安心できる居場所や信頼できる相談者と出会えることを願っています。

令和4年1月発行

製作:こまえ家族会かめのよりみち、ごはん+居場所おかえり、保護者の会おやおや
協力:社会福祉法人狛江市社会福祉協議会 コミュニティソーシャルワーカー

保護者の会 おやおや

集団が苦手な子供の事で悩んでいる!困っている!共感できる人と繋がりたい!そんな方どうぞお越しください。

専門家がいてもなく、何かを解決する場でもありませんが、おしゃべりしているとストレス解消にもなり、色々な事に気づくことも出来るのではないのでしょうか?皆さんとともに楽しめる居場所づくりができると良いなと思っています。

★おしゃべり会

毎月1回程度 出入り自由 ニックネームのみで参加可

<会場>狛江市市民活動支援センターこまえくぼ1234、あいとぴあセンターなど

★勉強会

年4回程度講師をお招きして開催

★刺繍教室

毎月1回 講師料1,000円+材料費



<問い合わせ>

✉ oyaoyakomae@gmail.com



ごはん+居場所おかえり 不登校を考える親の会

我が子が学校へ行かない、行きたくない、行きたくても体調不良などで休みがちになるなど、不登校・登校渋りで悩んでおられる方はいらっしゃいませんか?

2018年12月から、そうした同じ悩みを持つ保護者が集まり、日ごろの思いを話したり聞いたりする場を開いています。私たちの気持ちが楽になれば、子どもたちの気持ちを考える余裕も生まれてくると思います。

毎月1回

<会場>狛江市中央公民館など

神戸大学名誉教授、広木克行先生を迎えての勉強会や交流会なども実施。



<問い合わせ>

☎ 090-1208-3823

✉ okaeri2017@gmail.com



こまえ家族会 かめのよりみち

身内にひきこもり状態の方がいるという家族の会で、少人数でゆったりとした雰囲気です。特に対象年齢などは定めておらず、長期のひきこもりの親御さんも参加されています。匿名でも1回限りのご参加でもOKです。同じ悩みを抱える家族の立場同士で日ごろの悩みを分かち合いましょう。新たな気づきが得られる場合もあります。お気軽にお越しください。

偶数月の第3金曜日 10~12時

<会場>よしこさん家(元和泉3-10-4)

心理カウンセラーによる学習会なども不定期で開催。



<問い合わせ>

☎ 03-3488-0313

✉ csw@welfare.komae.org

