

ひとりで、家族だけで悩まないで、相談してみませんか？

# ひきこもり 相談窓口

ひきこもりは、「特別なものではなく、誰にでも起こりうるもの」です。  
話すことで、新たな糸口が見つかるかもしれません。

\*\*\*\*\* こんなことで悩んでいませんか？ \*\*\*\*\*

## ご本人の悩み

- 現状を変えたいけど、  
どうしたらいいかわからない
- 人と接するのが苦手
- 将来のことを考えると不安
- 働きたい!でも不安

など

## ご家族の悩み

- 家にこもり  
外出できない家族がいる
- 本人が仕事に行けなくなり  
ずいぶん時間が経った
- どう接すればよいかわからない
- 親亡き後の本人の将来が心配

など




お気軽にご相談ください  
(相談方法は裏面をご覧ください)


ひきこもり相談窓口 (令和4年6月開設)

松阪市 ひきこもり相談窓口 **検索**

 場 所:松阪市役所 1階 健康福祉総務課【窓口⑬】

〒515-8515 松阪市殿町 1340 番地 1

 受付時間:8時30分~17時15分 ※土日祝日・年末年始を除く平日

 電 話:0598-31-1922

 H P:<https://www.city.matsusaka.mie.jp/soshiki/99/hsoudan.html>



【市ホームページ】



『ひきこもり相談窓口』では、松阪市内にお住まいのひきこもりに悩むご本人やご家族などからの相談を受け付けています。



まず、困っていることをお聞かせください。

## 電話相談

0598-31-1922

《受付時間》 平日 8時30分～17時15分 ※土日祝日・年末年始を除く

## メール相談

fukushi.soudan@city.matsusaka.mie.jp

- 相談は24時間受け付けていますが、お返事は平日の8時30分～17時15分となります。



【メール相談のご案内】

## LINE 相談

- 右のQRコードを読み込んで友だち追加してご相談ください。
- 相談は24時間受け付けていますが、お返事は平日の8時30分～17時15分となります。



【LINE 友だち登録】

## 来所相談

《受付時間》 平日 8時30分～17時15分 ※土日祝日・年末年始を除く

《場所》 松阪市役所 1階 健康福祉総務課【窓口⑬】

- 来所が難しい場合、自宅またはお近くの公共施設等での相談も可能です。
- 来所相談のご予約についても、上記電話番号へお問い合わせください。

## 出張相談会

- 嬉野・三雲・飯南・飯高の各地区で出張相談会を開催します。
- 開催日時・場所等の詳細については、『広報まつさか』または、市ホームページをご確認ください。



【出張相談会のご案内】

- 支援を円滑に行っていく際の必要な情報については、関係機関と情報共有をさせていただく場合があります。
- 病名の診断や治療方法の提示など医療行為にあたるご相談には応じることができません。