

# 岩手県ひきこもり支援センター (岩手県精神保健福祉センター内)

盛岡市本町通3-19-1

岩手県福祉総合相談センター 4F

**019-629-9617**

(精神保健福祉センター電話)

※「ひきこもりの相談」とお伝えください

来所・電話相談 受付日時

月曜日～金曜日 (祝祭日は休業)

午前9時～午後4時半

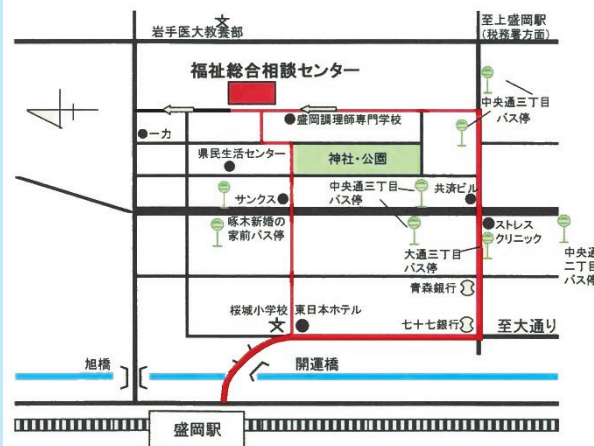
来所相談をご希望の方は、  
あらかじめ、ご予約をお願いします

「ひきこもり」  
で  
悩んでいるご家族へ

「ひきこもり」については、お近くの  
各保健所でも相談を受け付けています

県央保健所	019-629-6574
中部保健所	0198-22-2331
奥州保健所	0197-22-2861
一関保健所	0191-26-1415
大船渡保健所	0192-27-9913
釜石保健所	0193-25-2702
宮古保健所	0193-64-2218
久慈保健所	0194-53-4987
二戸保健所	0195-23-9206
盛岡市保健所	019-603-8307

## 福祉総合相談センターはこちらです



岩手県ひきこもり支援センター  
(岩手県精神保健福祉センター内)



「ひきこもり」とは、  
 さまざまな要因から  
 社会参加の場を避けて、  
 主に自宅などに、  
 長期にわたってとどまり続けている  
 状態のことをいいます

背景を見分けるの  
 は難しいですね…  
 対応や歩み方も、  
 どうすれば…



病気の名前じゃ  
 ないんですね…



人に会うのが怖くなったり、  
 いやな記憶や考えが離れなかったり、  
 そばの人や物に当たってしまったり、  
 ある行動にこだわってしまったり、  
 ……不安やイライラが、人や時期に  
 よって、さまざまな表れ方をします  
 そうした中、ご本人やご家族だけで落  
 ち着いて対応するのは、とても大変な  
 ことです。また、閉じてしまいがちにな  
 ることで状態が長引いてしまいます

相談することで、  
 ホッとしたり、希望  
 が見えてくること  
 があります



ひきこもることの背景には、  
 心の病気、生まれつきの障がい、  
 人との関係の中での挫折や傷付き  
 等、いろいろな場合があります  
 そのため、対応や歩みの進め方  
 も、それぞれの背景によって異  
 なってきます

「岩手県ひきこもり支援セン  
 ター」では、電話あるいは来所  
 での相談、また、情報提供に応  
 じています。

県内の医療や福祉をはじめと  
 した、諸機関との連携にも努め  
 ています。

「ひきこもり」の場合、どう  
 しても、初めからご本人が相談  
 の場にでかけることは困難にな  
 りがちです。その時には、どう  
 ぞ、ご家族だけでも相談にいら  
 してください。

ご本人がいらした場合は、個  
 別相談の他に「小さな集まり」  
 という、若者同士が穏やかに安  
 心しながら交流できる場も設け  
 てあります。

