

## ひきこもり相談例

- 生きづらくて、ひきこもっている
  - 何が一番困っていてどうすればよいのかわからない
  - ひきこもっている状況から抜け出したい
  - ひきこもっている本人に変化が見られない
  - ひきこもっている本人との関係性を改善したい
  - 兄弟姉妹がひきこもっているけど、どうすれば良いかわからない
  - ひきこもっていることや相談していることを周囲に知られないか心配
- ※本人同意がない場合、支援目的以外で他者への個人情報の提供は原則いたしません。

以下のいずれかに該当する方もひきこもりの可能性があります

- 【一例】.....
- ・家族と話をするけど、コンビニやスーパーしか行かず、ほとんどの時間を自宅で過ごしている
  - ・いじめや退職を機に家族以外の人と話しておらず交流もない

まずはお話ししてみませんか

## お問い合わせ

### 港区ひきこもり支援専用相談窓口

☎ 03-6230-9098

✉ [soudan@minato-cosw.net](mailto:soudan@minato-cosw.net)

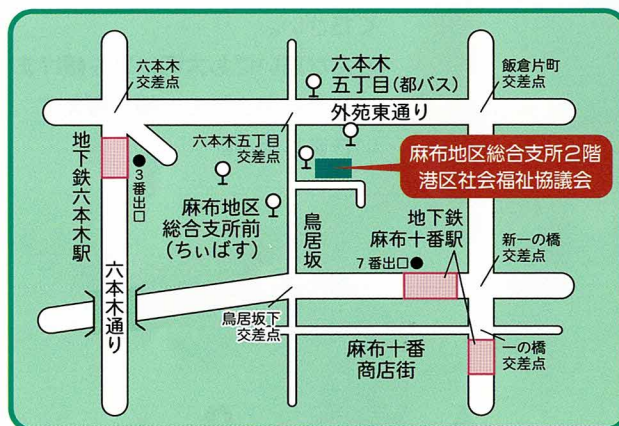
#### 受付時間

窓口及び電話 月～金曜日 午前8時30分から午後5時まで  
(祝日・年末年始を除く)

✉ 24時間受付  
(返信は翌開庁日以降)

#### 窓口相談場所

港区六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階  
港区社会福祉協議会内



# ひきこもり 相談窓口

