



守りたい家族が  
いるあなたに  
いま知ってほしい

あなたを「理解してくれる人」  
が、すぐそばに

あなた自身や大切な方が  
ひきこもりなどで  
悩んでいたら...

まずは、ひきこもりの現状やサポートに  
ついて知ることから始めてみませんか？

相談  
方法

1

相談窓口  
へ来所

2

電話相談

3

アウトリーチ支援員へ  
メールで相談



アウトリーチ支援員をご存知ですか？

アウトリーチ支援員は、ひきこもりなど、誰にも言えない悩みを抱え相談に行くことができない方々の、ご自宅や話しやすい場所に訪問し、悩みや思いを聞かせていただき、あなたを理解し、あなたらしく生きられるよう必要な情報を届けて社会とのつながりをサポートしています。

まずは、思い切って相談してみてください。

相談先  
お問合せ



0544-22-0094

富士宮市社会福祉協議会 暮らし相談係

# 相談前チェックリスト

当てはまる項目はありますか？



相談は無料です。全ての年齢のどなたでも相談を受け付けています。

- 自分の気持ちを話せる場所がない
- 人との関わりがなく、孤独を感じている
- 今の生活に不安がある
- 今の生活を変えたい
- 家族・知人がひきこもっていて今後は心配
- 近所の人で困りごとを抱えている人がいる
- どこに相談したらいいかわからない

本人やご家族の力だけでは解決が  
困難なケースもあります。

1人で悩まず、一緒に考えていきませんか？

## 【相談先】

富士宮市社会福祉協議会 暮らし相談係

 富士宮市宮原7-1 総合福祉会館内

 <https://f-syakyo.or.jp>

 [miya.294@eagle.ocn.ne.jp](mailto:miya.294@eagle.ocn.ne.jp)

富士宮市社会福祉協議会Instagramを開設しました！  
地域のホットな情報を配信していきます。

是非フォローをお願いします！



FUJINOMIYASHI\_SYAKYO