

あなたの
生きづらさを
相談して
みませんか？

人と関わるのがこわかったり、漠然とした不安や生きづらさなどを感じていたり、働きたいけど何から手をつけていいかのわからなかったり、そもそも相談してみようとも思えなかったり、悩んでいることがわからなかったり、楽しみがなかったり、「何をしているんだろう」と思ったり...。誰にどうやって相談したらいいかわからないこと、不安なこと、もやもやしていることなど、お話をぜひ、お聞かせください。

ご相談は、こちらにどうぞ

墨田区ひきこもり相談窓口

■TEL : **080-9817-4740**

■E-mail : **ps-support@kame.co.jp**

■開設時間 : 月～金 12:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)



公認心理師などのスタッフが
お話を聞きます！



墨田区WEBサイト

※ひきこもり相談窓口は、墨田区が(株)学研エル・スタッフィングに委託して実施しています。



公認心理師などで構成された支援チームで



伴走支援します！！



☎電話相談

080-9817-4740

月～金 12時～18時

(祝日・年末年始を除く)

お名前は
ニックネーム
でもOK!



✉メール相談

メールアドレス：ps-support@kame.co.jp

3営業日以内に以下の日時の間にて返信いたします。

月～金 12時～18時

(祝日・年末年始を除く)



出張対面相談

会場：地域福祉プラットフォーム八広と本所

八広：第1・3木曜日 八広5-18-23

(八広はなみずき高齢者支援総合センター内)

本所：第2・4月曜日 本所1-13-4 (本所地域プラザ内)

いずれも12時～16時

(祝日・年末年始を除く)

※ご希望によって、オンライン相談も実施可



直接会場へ
どうぞ!

同じ悩みを
抱える方々と
交流したい方
ぜひ!

家族会

会場：本所地域プラザ：本所1-13-4

(原則、毎月第3日曜日 10時～12時)

※オープンダイアログを活用



墨田区ひきこもり相談窓口

■TEL：080-9817-4740

■開設時間：月～金 12:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)

