

# 「ひきこもり」ひとりで悩んでいませんか？

いろいろなことが重なって起きるのがひきこもり状態です。  
個人や家族のせいではありません。

外に出ることが  
不安

人と  
関わりたくない

抜け出したい  
けれど一歩が  
踏み出せない

ひきこもっている  
子どもに  
どう接したらいいの？

ひきこもりって  
そのうち  
治るのかな？

どこに  
相談したらいいか  
わからない

抱え込まず、勇気を出してご相談ください。

ひきこもりでお悩みの方やご家族を支援するため、  
無料の相談窓口を開設しています。解決に向け、一緒に考えていきましょう！



お気軽に  
お電話  
ください

## 奈良県ひきこもり相談窓口

一人一人に寄り添った相談・支援を行います



専用ダイヤル

# 0742-27-8130

専門スタッフが  
相談をお受けします

状況に応じた  
専門機関を  
ご紹介します

プライバシーは  
厳守いたします

時 平日9～17時(土・日・祝・年末年始を除く) ※来所相談は予約制  
所 県庁本庁舎1階(青少年・社会活動推進課内)  
橿原市、五條市、王寺町、大淀町で出張相談会も実施中



### 家族会特別研修会を開催します

ひきこもりについて理解を深め、当事者への関わりについて考えてみませんか。詳細は下記へ。

時 2月20日(日) 13時30分～16時20分

所 県社会福祉総合センター(橿原市)

申 2月16日(水) 17時まで(下記へ)

問 NPO法人キャリアサポートセンター奈良

☎・FAX 0744-29-6776

🌐 cscnara.ksaka.net

ひきこもりは、元気や自信が失われている状態であり、「怠けている」わけでも、「甘えている」わけでもありません。ひきこもり状態にある人やそのご家族は生きづらさと孤独・孤立の中で、日々葛藤しています。

ひきこもりという状態は同じであっても、背景や思いは一人一人違います。それぞれの人への理解が大切です。

☎ 県青少年・社会活動推進課 ☎0742-27-8608 FAX 0742-27-9574