

“ひきこもり” ひとりで悩んでいませんか？

ひきこもりは、元気や自信が失われている状態です。甘えや怠けではありません。

ひきこもりとは…

自分の趣味に関する
用事ときは
外出するが、
普段は家にいる

さまざまな要因によって、仕事や学校に行けず、
かつ家族以外の人との交流をほとんどせず、
6カ月以上続けて自宅にひきこもっている状態です。

自分の部屋から
ほとんど出ない

近所のコンビニなどには
出掛けるが、
普段は家にいる

部屋からは出るが、
家からは出ない

(厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」より)



外に出ることが
不安

人と関わるのが
苦手

抜け出したいけれど
はじめの一步が
踏み出せない

ひきこもりの
子どもと
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？



ひきこもりでお悩みの人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

ご本人・ご家族などからの相談を受け付けています(年齢は問いません)。

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
厳守します

専用ダイヤル

0742-27-8130

時 平日9～17時 所 県青少年・社会活動推進課 ※来所相談は要予約

橿原市、五條市、王寺町、大淀町で出張相談会を実施中！

