



ひきこもりの問題で、悩んでいませんか？

人に会いたがらず、自分の部屋から出て来ない。

どう対応していいか困り、疲れた。

他人とうまくコミュニケーションがとれない。

進学や就職への自信がない

将来が不安だけれど、どこに相談していいかわからない。

◆相談することが、解決への第一歩となります。
 ◆話すことで心の負担が軽くなり、様々な情報や知識を得ることで将来への安心につながります。

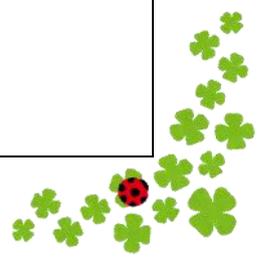
～相談窓口の御案内～

御家族だけの相談も可能です。

○県の相談支援機関

所属・内容	電話番号・住所・受付時間
自立支援センター 巢立ち (山形県精神保健福祉センター内) <内 容> ・電話相談 ・来所相談(予約制) ※専門の職員が話を伺い、必要に応じて今後の支援方針の検討、適切な支援機関や団体の紹介等を行っています。	☎ : 023-631-7141 (専用電話) 住所：山形市小白川町 2-3-30 <受付時間> 電話相談：月・火・木・金 9時～12時、13時～17時 来所相談：月・火・木・金 9時～12時(応相談)
村山保健所保健企画課精神保健福祉担当 <内 容> ・保健師による電話・来所相談(随時) ・精神科医師の個別相談(月1～2回) ※精神科医師の個別相談の申込については、まずは身近な相談支援窓口である市町の相談窓口にて御相談いただき、精神科医師の相談が望ましい場合に、市町のひきこもり相談窓口を通じて予約申込をいただいております。 ※必要に応じて支援機関の紹介や、家族交流会等への参加の御案内をしています。	☎ : 023-627-1184 (担当直通) 住所：山形市十日町 1-6-6 <受付時間> 平日 8時30分～17時15分 ※来所相談を希望される場合は、事前に御連絡ください。 ※山形市民の方は山形市保健所へ御相談ください。

⇒裏面は、身近な市町の相談窓口一覧です。



○市・町の相談窓口



所属	電話番号	住所
寒河江市福祉国保課生活福祉係	0237-85-0395	寒河江市中央2丁目2-1
上山市健康推進課	023-672-1111 (内156)	上山市河崎1丁目1-10
村山市福祉課	0237-55-2111 (内146)	村山市中央1丁目3-6
天童市社会福祉課 健康課	023-654-1111 023-652-0884	天童市老野森1丁目1-1 天童市駅西5丁目2-2
東根市健康推進課	0237-43-1155 (内176)	東根市中央1丁目5-1
尾花沢市福祉課	0237-22-1116	尾花沢市若葉町1丁目2-3
山辺町保健福祉課保健指導係	023-667-1177	山辺町大字大塚836-1
中山町健康福祉課	023-662-2673	中山町大字柳沢2336-1
河北町健康福祉課	0237-73-2111 (内129)	河北町谷地戊81
西川町健康福祉課	0237-74-3243	西川町大字海味543-8 西川町保健センター内
朝日町健康福祉課	0237-67-2116	朝日町大字宮宿1115
大江町健康福祉課	0237-62-2114	大江町大字左沢882-1
大石田町保健福祉課	0237-35-2111 (内133)	大石田町緑町1

○民間支援団体の相談窓口

若者支援拠点(県委託事業)として、ひきこもり等で悩む若者へ支援を行っています。

名称	支援内容	電話番号/受付時間	住所
認定NPO法人 発達支援研究センター (フリースペース雨やどり)	個別相談・居場所の提供・ 学習支援・親の会	090-8619-7003 日～金 10:00～17:00	山形市小荷駄町 2-7
NPO法人 クローバーの会@やまがた (フリースペースいろは)	個別相談・居場所の提供・ 学習支援・親の会・ リモート相談・その他(パソ コン講座)	023-664-2275 火～土 10:00～17:00	山形市南原町 1-27-20
NPO法人 プチュナイテッド アスリートクラブ (あにまるplus+)	個別相談・居場所の提供・ 学習支援・就労支援・親の会・ 訪問支援・リモート相談	023-616-4217 月～金 9:00～17:00	山形市飯田 3-2-12



(令和7年4月作成)