

### 「ひきこもり」のことで、何かお困りごとはありませんか？ あなたのそばに、相談できる場所があります

ひきこもりは、誰にでも起こりえます。悩みや苦しみを抱え込む前に、「お悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでも結構ですので、あなたのタイミングでお気軽に下記の相談窓口でお聞かせください。

#### Q どんな場合に相談をすればよいですか？

まずは、些細なことでも何でも、安心して相談してください。  
ご本人やご家族に寄り添いながら、お話をお聞きます。

今は働いていなくて家にいる、近所のコンビニなどには出かけるが、ふだんは一人で家にいる、長年外に出ていないなど、お一人お一人の状況に応じて、必要とする支援をご紹介します。

あなたが一歩を踏み出したいタイミングで、「お悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでもお聞かせください。

#### Q 対象年齢はありますか？

年齢制限はありません。  
ひきこもりについて気になる方は、何歳の方でもご相談いただけます。

#### Q 家族が相談してもいいのですか？

ご家族は、ひきこもりで苦しんでいるご本人にとって、一番身近な支援者です。  
ご家族の方もご相談ください。

### 「ひきこもり」に関する相談窓口

#### 大隅くらし・しごとサポートセンター

〒893-0011 鹿屋市打馬2丁目16-6 大隅地域振興局2階

- 電話：0994-52-2072（土・日・祝日のみ専用電話：0994-45-7428）
- ファックス：0994-52-2073 ●E-mail：osumi.kurasapo@aioros.ocn.ne.jp
- 開所日：月曜日から金曜日 午前8時半から午後5時15分まで

#### かごしま子ども・若者総合相談センター（ひきこもり地域支援センター）

〒890-0064 鹿児島市鴨池新町1-8 県青少年会館2階

- 電話：099-257-8230
- E-mail：info@soudancer-center-k.com
- 開所日：火曜日から日曜日（月曜休み）午前10時から午後5時まで