

ひきこもりの  
ことで  
お悩みの方へ



あなたの**こころ**によりそいます…

# 「よりそい・つなぐ」相談窓口

(京都市ひきこもり相談窓口)

## ご本人へ

「どうしたらいいかわからない」  
「何から始めたらいいのかわからない」  
「誰も自分の気持ちをわかってくれない」  
「ひとりで悩んでいませんか？」  
そんなあなたの思いをきかせてください



## ご家族の方へ

「どう声をかけたらいいかわからない」  
「誰にも相談できない」  
「将来が心配」  
ご家族だけで抱え込んでいませんか？  
誰かに話をすることで気持ちが楽になり、  
新たな糸口が見つかるかもしれません



相談  
電話

# 075-354-8749

月曜日から土曜日 午前9時～午後6時  
(祝日・12/29～1/3 除く)

\*メール相談フォームは  
ホームページから  
お入りください



- ・お電話・面談・メール等でひきこもりに関するご相談をお受けします
- ・市内在住のご本人・ご家族等が対象です。年齢は問いません
- ・相談は無料です(相談の内容は守秘事項として厳正に管理します)

- ・状況や思いをお聞きしながら、一緒に考えます
- ・ご相談内容に応じた情報提供をおこないます
- ・区役所・支所 保健福祉センターを中心とした支援機関との連携により、必要な支援にお繋ぎします



## 「よりそい・つなぐ」相談窓口

(京都市ひきこもり相談窓口)

TEL 075-354-8749 FAX 075-354-8746

〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1  
(河原町通五条下る東側) ひと・まち交流館 京都 4階

<https://www.syakyo-kyoto.net/yorisoitsunagu.html>

