

● その他の相談窓口のご案内 ●

水戸保健所	029-241-0571
ひたちなか保健所	029-265-5647
★ 常陸大宮保健所	0295-52-1157
日立保健所	0294-22-4196
■ 鉾田保健所	0291-33-2158
潮来保健所	0299-66-2174
竜ヶ崎保健所	0297-62-2367
土浦保健所	029-821-5516
つくば保健所	029-851-9287
筑西保健所	0296-24-3965
▲ 常総保健所	0297-22-1351
古河保健所	0280-32-3021

- ★ 「常陸大宮保健所」は令和元年11月1日よりひたちなか保健所常陸大宮支所となります。
(電話番号に変更はありません。)
- 「鉾田保健所」は令和元年11月1日より潮来保健所鉾田支所となります。
(電話番号に変更はありません。)
- ▲ 「常総保健所」は令和元年10月31日をもって廃止されます。

当センターのコーディネーターが
ご本人やご家族のご相談に応じます。

ご相談方法

☎ 電話 9:00~18:00(火曜日から土曜日)

0296-48-6631

✉ メール

info@ibahiki.org

ひきこもりホットLINE

ホットと和んで
頂ければ幸いです!

- ①ご自分のLINEでQRコードを読み込み、友達追加。
- ②電話にて、LINEビデオ通話の相談予約。
(予約時に本名とLINEネームを教えてください。)
- ③予約当日、ご自分の不安や悩みを相談。

※メッセージのやり取りは致していません。
ビデオ通話のみの対応となります。



ひきこもり相談支援センター

【所在地】 筑西市西方1790-29
【開設時間】 9:00~18:00(火曜日から土曜日)
【TEL】 0296-48-6631



茨城県

ひきこもり 相談支援センター

いろんな悩み

昼と夜が逆転してしまった

人とかかわるのが苦手

まわりと同じようにできない

現状をどうしたらいいかわからない

将来どうなってしまうか不安

自分の居場所がない

外に出るのが怖い

学校に行けない

会社に行けない

.....

ひとりで抱え込まず
相談してみませんか？



ひきこもり相談支援センター

いばらき県内にお住いの方のご相談をお受けします。

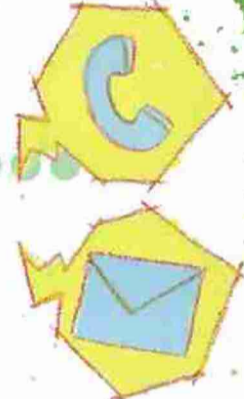
ご相談の方法

まずは
お電話やメールで
ご連絡下さい

電話やメールで

センターにお越しただいて

相談員がご自宅へ訪問して



ひきこもり専門相談員が
ご相談支援を担当します。



お受けしたご相談の
秘密は厳守します。

「これから」どうすればいいか
についてを一緒に考えます。

● 子どものひきこもりで悩み孤立 悩みを吐き出せる場所のご紹介

例えば...

地域の親の会、
保健所の家族会等をご紹介

● 働きたいけど不安が強い 働く悩みが相談できる場所との連携

例えば...

若者サポートステーション
就職支援センター
ハローワーク e t c.

