

# ひきこもりのことで 悩んでいませんか？

ひとりで悩まず、まずはご相談ください

一人ひとりの悩みに寄り添い、  
一歩踏み出すことができるよう一緒に考えます



あなたへ

あなたのお話や  
お気持ちを  
聴かせてください

ひきこもりという状態は同じであっても  
思いや背景は一人ひとり違います



ご家族の方へ

相談することで  
状況が変わることが  
あります

外出することや就労することが  
必ずしもゴールとは限りません



福山市ひきこもり相談窓口

「ふきのとう」



相談  
無料

秘密  
厳守

☎ 084-928-3421



月～金曜日 8時30分～17時15分  
(土日祝・年末年始を除く)

福山市 ふきのとう

検索

保健師による  
電話・来所相談

臨床心理士による  
定例相談

福山市保健所 健康推進課 (福山すこやかセンター6階)

〒720-8512 福山市三吉町南二丁目11番22号

# ひきこもりとは

社会との交流を回避し、孤独を感じている状態や  
様々な生きづらさ、生活上の困難を抱え、家族を含む他者との交流が  
限定的（希薄）な状態をいいます。これらの状態にある期間は問いません。

ひきこもりは、誰にでも起こりうる可能性があり、  
”出られるのに出ない”ではなく、”出られないから出ない”のです。

## 相談できる窓口があります

区分	内容	相談窓口	連絡先
保健 ・ 医療	保健師による相談 (こころやからだの健康に関する相談)	福山市 健康推進課 松永保健福祉課 北部保健福祉課 東部保健福祉課 神辺保健福祉課	084-928-3421 084-930-0414 084-976-1231 084-940-2567 084-962-5055
	こころの健康相談 (精神科医師による相談、予約制)	福山市 健康推進課	084-928-3421
就労	仕事をされていない15歳～49歳の人と その家族の就職相談	ふくやま地域若者 サポートステーション	084-959-2348
居場所	社会体験活動プログラム (概ね15歳～39歳の人の居場所や社会参加 に向けた支援)	福山市スポーツ協会 (青少年育成課)	084-952-1177
	ふらっとスペース YuRuRi～ゆるり～(ひ きこもりがちな若者たちの家庭以外の居場所)	福山市 若者・くらしの 悩み相談課	084-928-1046
	NPO法人や民間団体が実施している支援 ※ふくやま・ヤングサポートネットワーク (愛称：PAIX2ペアペア)	福山市 若者・くらしの 悩み相談課(事務局)	084-928-1297
経済 ・ 生活	経済面の悩み、生活相談	福山市生活困窮者自立 支援センター(すまいる・ ねっと・ワーク福山)	084-928-1241
障がい	障がい福祉サービス利用のことなど障がい者 の総合的な相談	福山市障がい者基幹相談 支援センター 「クローバー」	084-973-0968 FAX: 084-926-7111