



このリーフレットを手にとっていただいた方へ  
～お伝えしたいこと～

堺市ひきこもり地域支援センターでは、ひきこもりに関するご相談をお受けしています。

ご本人は、「家族に申し訳ない」「どうかしなければ」・・・と思いつつ、つらい日々を過ごしていたと語られます。

また、ご家族はこれまでに「どうかしなければ」「親が悪かったのか」・・・など悩み、誰にも相談できずにご本人と向き合ってきたことを、多くの相談でお話しされます。

そして、ご本人、ご家族ともに「この状態から一歩進みたい」とも思っています。

私たちはその気持ちを大切に、それぞれのペース、一人一人にあった方法を、一緒に考えていきます。



相談は勇気のいることです

いつでも相談できることを知っていただき、ご本人、ご家族だけで悩まないでください。

このリーフレットをお読みいただき、相談につながる一歩となることを願っています。

### 堺市こころの健康センター



- 〈最寄り〉
- ・JR阪和線「百舌鳥」駅より約 1,500m
  - ・JR阪和線「上野芝」駅より約 1,400m
  - ・南海バス「旭ヶ丘(健康福祉プラザ前)」バス停下車すぐ
  - ・南海バス「塩穴通」バス停より約 700m

### 堺市ユースサポートセンター (子ども・若者総合相談センター / 堺地域若者サポートステーション)



南海高野線・JR 阪和線 三国ヶ丘駅 西口よりすぐ



悩んでいる方へ

ひきこもりのことで

堺市こころの健康センター  
堺市ユースサポートセンター

