

# 1 ひきこもり専門相談

## (1) ひきこもり支援機関

### ① 三重県ひきこもり地域支援センター（三重県こころの健康センター）（再掲）

所在地：津市桜橋3丁目446-34（県津庁舎保健所棟2F）  
※ 関係機関からの相談専用電話 059-223-5243

名称	内容
ひきこもり専門電話相談	相談専用電話 059-253-7826 実施日時：月曜日～金曜日（祝日を除く）9:00～16:00 ※ 水曜日は依存症専門相談と同時に実施
ひきこもり専門面接相談（予約制）	※ 面接相談の予約は、事前に専門電話相談へご連絡ください
ひきこもり家族教室	当センターのホームページをご覧ください。 対象者：ひきこもり等でお悩みの家族

### ② 保健所（再掲）

保健所	担当課	所在地	電話番号
桑名保健所	地域保健課	桑名市中央町5丁目71（県桑名庁舎2F）	0594-24-3620
四日市市保健所	保健予防課	四日市市諏訪町2-2 四日市市総合会館 4階	059-352-0596
鈴鹿保健所	地域保健課	鈴鹿市西条5-117（県鈴鹿庁舎2F）	059-382-8673
津保健所	地域保健課	津市桜橋3-446-34（県津庁舎5F）	059-223-5094
松阪保健所	地域保健課	松阪市高町138（県松阪庁舎2F）	0598-50-0532
伊勢保健所	地域保健課	伊勢市勢田町628-2（県伊勢庁舎1F）	0596-27-5148
伊賀保健所	地域保健課	伊賀市四十九町2802（県伊賀庁舎2F）	0595-24-8076
尾鷲保健所	健康増進課	尾鷲市坂場西町1番1号（県尾鷲庁舎2F）	0597-23-3454
熊野保健所	健康増進課	熊野市井戸町383	0597-89-6115

### ③ 市町 ひきこもり相談対応窓口

令和5年11月現在

市町	担当課	電話
桑名市	保健福祉部 福祉総務課 福祉支援室	0594-24-7440
いなべ市	福祉部 生活支援課	0594-86-7730
木曽岬町	福祉健康課	0567-68-6104
東員町	地域福祉課	0594-86-2804
	健康長寿課	0594-86-2823
四日市市	健康福祉部 福祉総務課	059-337-9520
菰野町	健康福祉課 社会福祉係	059-391-1123
朝日町	子育て健康課	059-377-5652
	保険福祉課	059-377-5659
川越町	福祉課	059-366-7116
	健康推進課	059-365-1399
鈴鹿市	健康福祉部 健康福祉政策課 生活相談グループ	059-382-9675
亀山市	地域福祉課 福祉総務グループ	0595-84-3311
	社会福祉協議会 地域福祉係(CSW) 生活支援係 (自立相談機関)	0595-82-7985
津市	健康福祉部 援護課	059-229-3541
松阪市	健康福祉部 健康福祉総務課	0598-31-1922
多気町	社会福祉協議会	0598-38-8091
明和町	健康あゆみ課 まるごと相談支援係	0596-52-7115
	社会福祉協議会	0596-52-7056

市町	担当課	電話
大台町	町民福祉課	0598-82-3783
伊勢市	福祉総合支援センター よりそい	0596-21-5715
	ひきこもり地域支援 センターつむぎ	0596-63-5670
玉城町	保健福祉課 地域共生室	0596-58-7373
南伊勢町	子育て・福祉課	0599-66-1114
大紀町	健康福祉課	0598-86-2216
	大紀町社会福祉協議会	0598-73-3227
度会町	保健こども課	0596-62-1112
	長寿福祉課	0596-62-1186
鳥羽市	社会福祉協議会 (参加支援・ひきこもり サポート事業 「さんぼみち」)	0599-25-1188
志摩市	健康福祉部 福祉総合相談窓口	0599-44-0217
名張市	福祉子ども部 地域包括支援センター	0595-63-7833
伊賀市	健康福祉部 生活支援課	0595-22-9650
	伊賀市社会福祉協議会 ひきこもりサポート nest(ネスト)	090-3483-2584 (平日8:30~17:15)
尾鷲市	福祉保健課 自立支援係	0597-23-8203
紀北町	福祉保健課	0597-46-3122
熊野市	福祉事務所	0597-89-4111
御浜町	健康福祉課 地域包括支援係	05979-3-0514
	社会福祉協議会	05979-2-3813
紀宝町	みらい健康課	0735-33-0355



#### ④ 障がい者(総合)相談支援センター (再掲)

委託元市町	名称	所在地	電話
桑名市 木曾岬町 いなべ市 東員町	【基幹相談支援センター】 障がい者総合相談支援センター そういん	桑名市寿町3丁目11 太平洋桑名ビル2階	0594-27-7188
桑名市	相談支援センターらいむの丘	桑名市大字星川2239番地	0594-41-3824
桑名市	障害者総合相談支援センター くわな	桑名市寿町3丁目11 太平洋桑名ビル2階	0594-87-7490
いなべ市 東員町	【基幹相談支援センター】 障がい者総合相談支援センター そういん (いなべ・東員分室)	いなべ市員弁町笠田新田111番地 いなべ市役所員弁庁舎内	0594-49-5315
いなべ市	アジサイ	いなべ市北勢町其原1953番地	0594-72-2618
	いなべ市社協相談支援事業所	いなべ市北勢町阿下喜2624-2	0594-41-2944
	アイリス相談支援センター	いなべ市北勢町阿下喜3700番地	0594-72-7722
	いなべ市障害者活動支援センター	いなべ市大安町大井田2669-5	0594-88-0612
木曾岬町	木曾岬町地域包括支援センター	木曾岬町大字西対海地250番地	0567-68-8183
四日市市 菰野町 朝日町 川越町	障害者相談支援センター ソシオ	四日市市日永5040番地	059-345-9016
	障害者相談支援センター HANA	四日市市西日野町2806-1 コミュニティセンター1F	059-320-2761
鈴鹿市	【基幹相談支援センター】 障害者総合相談支援センター あい	鈴鹿市神戸1丁目18-18 鈴鹿市役所西館2F	059-381-1035
亀山市	【基幹相談支援センター】 障害者総合相談支援センター あい	亀山市羽若町545 総合保健福祉センターあいあい2F	0595-84-4711
津市	【基幹相談支援センター】 津市基幹障がい者相談支援センター	津市大門7-15 津センターパレス3F	059-272-4577
	津市地域障がい者相談支援センター	津市大門7-15 津センターパレス3F	059-272-4554
松阪市	松阪市障がい児・者総合相談センター マーベル	松阪市殿町1563 (松阪市福祉会館内)	0598-20-9191
多気町	多気相談支援センター	多気郡多気町四疋田587-1	0598-38-8091
大台町	相談支援事業所 こだま	松阪市殿町1563 (松阪市福祉会館内)	0598-20-9191

委託元市町	名称	所在地	電話
明和町	【基幹相談支援センター】 明和町障がい者生活支援センター ここ	多気郡明和町馬之上944-5 明和町保健福祉センター内	0596-52-7127
伊勢市	【基幹相談支援センター】 伊勢市障がい者基幹相談支援センター	伊勢市宮後1丁目1番35号 MiraISE 伊勢市健康福祉ステーション7F	0596-63-5609
	伊勢市障害者西地域相談支援センター アルク	伊勢市小俣町元町536	0596-24-3009
	伊勢市障がい者東地域相談支援センター リンク	伊勢市二見町茶屋456番地2	0596-43-4400
	伊勢市障がい者中部地域相談支援センター カンナ	伊勢市八日市場町13-1	0596-21-1130
志摩市	【基幹相談支援センター】 志摩市障がい者相談支援センター こだま	志摩市阿児町鷺方3098-1 サンライフあご2F	0599-44-3880
鳥羽市	【基幹相談支援センター】 鳥羽市社会福祉協議会 指定障害者相談支援事業所キ・ラ・ラ	鳥羽市大明東町2-5	0599-25-1188
玉城町	玉城町役場保健福祉課地域共生室	度会郡玉城町勝田4876-1 玉城町保健福祉会館内	0596-58-7373
度会町	度会町指定特定相談支援事業所	度会郡度会町棚橋1202	0596-63-0151
大紀町	大紀町障がい者(児)相談支援センター	度会郡大紀町錦736-7	0598-73-3227
南伊勢町	障がい福祉サービス「ファイト」	度会郡南伊勢町神津佐513-1	0599-66-1160
南伊勢町	南伊勢町社会福祉協議会 ふれあいなんとう	度会郡南伊勢町村山1132-1	0596-76-1500
伊賀市	【基幹相談支援センター】 伊賀市障がい者相談支援センター	伊賀市四十九町3184	0595-26-7725
名張市	【基幹相談支援センター】 障害福祉室	名張市鴻之台1-1	0595-63-7591
尾鷲市 紀北町	【基幹相談支援センター】 紀北地域障がい者総合相談支援センター 結	尾鷲市栄町5-5	0597-22-3170
御浜町	【基幹相談支援センター】 御浜町障がい者相談支援センター	御浜町大字阿田和6120番地1	05979-3-0514
熊野市 御浜町 紀宝町	紀南圏域障がい者総合相談支援センター あしすと	熊野市井戸町615番地13	0597-85-4500

### ⑤ 生活困窮者自立支援制度の相談機関

市町	運営の主体	窓口の名称	所在地	電話
三重県 (多気町以外の町)	三重県社会福祉協議会	三重県生活相談支援センター	津市桜橋2丁目131 三重県社会福祉会館内	059-271-7701
桑名市	桑名市社会福祉協議会(一部委託)	相談支援室	桑名市中央町2丁目37番地	0594-24-1456
いなべ市	いなべ市社会福祉協議会	いなべ市暮らしサポートセンター縁(えにし)	いなべ市北勢町阿下喜31	0594-86-7817
四日市市	四日市市社会福祉協議会	生活支援室	四日市市諏訪町1番5号	059-354-8466
鈴鹿市	鈴鹿市	健康福祉部 健康福祉政策課	鈴鹿市神戸1丁目18番18号	059-382-9675
亀山市	亀山市社会福祉協議会	生活支援係	亀山市羽若町545	0595-82-7985
津市	津市社会福祉協議会(一部委託)	健康福祉部援護課	津市西丸之内23番1号	059-229-3541
松阪市	松阪市社会福祉協議会	松阪市生活相談支援センター	松阪市殿町1340番地1	0598-53-4671
多気町	多気町社会福祉協議会	多気相談支援センター	多気郡多気町四疋田587-1	0598-38-8091
伊勢市	伊勢市社会福祉協議会	伊勢市生活サポートセンター「あゆみ」	伊勢市八日市場町13-1	0596-63-5224
鳥羽市	鳥羽市社会福祉協議会	暮らし相談支援センターとば	鳥羽市大明東町2番5号	0599-25-1188
志摩市	志摩市社会福祉協議会	暮らしサポートセンターふんばり	志摩市阿児町鶴方3098-1	0599-68-7130
伊賀市	伊賀市	健康福祉部生活支援課	伊賀市四十九町3184	0595-22-9650
	伊賀市社会福祉協議会	暮らしサポートセンターおあいこ	伊賀市平野山之下380番地5	0595-22-0084
名張市	名張市社会福祉協議会	なばり暮らしあんしんセンター	名張市丸之内79番地	0595-64-1526
尾鷲市	尾鷲市社会福祉協議会	生活再生相談室	尾鷲市栄町5-5	0597-37-4151
熊野市	熊野市	生活困窮者自立支援係	熊野市井戸町796	0597-89-4111

⑥ 就労支援機関 [障害者就業・生活支援センター] (再掲)

名称	所在地	運営法人	電話番号
【桑名員弁圏域】 障害者就業・生活支援センター そういん	桑名市寿町3丁目11 太平洋桑名ビル2階	医療法人 北勢会	0594-27-7188
【四日市圏域】 四日市障害者就業・生活支援 センター ブラウ	四日市市諏訪町2-2 四日市市総合会館2F	社会福祉法人 四日市市社会福祉協議会	059-354-2550
【鈴鹿亀山圏域】 鈴鹿亀山障害者就業・生活支援 センター あい	鈴鹿市神戸1丁目18-18  亀山市羽若町545 総合保健福祉センター あいあい2F	社会福祉法人 和順会	059-381-1035  0595-84-4711
【津圏域】 津地域障がい者就業・生活支援 センター「ふらっと」	津市大門7-15 津センターパレス3F	社会福祉法人 聖マッセヤ会	059-229-1380
【松阪・多気圏域】 松阪・多気地域障がい者就業・生活 支援センター みらーち	松阪市京町508-1 101ビル4F	社会福祉法人 聖マッセヤ会	0598-20-8680
【伊賀圏域】 伊賀圏域障がい者就業・生活支援セ ンター ジョブサポートハオ	名張市西原町2625	社会福祉法人 名張育成会	0595-65-7710
【伊勢志摩圏域】 障がい者就業・生活支援センター いくる	伊勢市曾弥1-13-5	社会福祉法人 聖マッセヤ会	0596-65-7178
【紀北圏域】 障がい者就業・生活支援センター 結	尾鷲市栄町5-5	社会福祉法人 尾鷲市社会福祉協議会	0597-37-4011
【紀南圏域】 紀南地域障がい者就業・生活支援 センター Colors	熊野市井戸町615番地13	社会福祉法人 熊野市社会福祉協議会	0597-89-0010

⑦ 就労支援機関 [おしごと三重]

名称等	内容
おしごと広場みえ	〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3F 電話 059-222-3309 (総合受付番号) * 開所日時: 月～金曜日9:00～18:00、第1・3土曜日11:00～17:00 (年末年始・祝日除く) * キャリアカウンセリング、自己理解等のセミナー開催
三重県立津高等技術学校	〒514-0817 津市高茶屋小森町1176-2 電話 059-234-2839 * 技能や技術、知識を身に付け、ものづくり関連産業などの企業へ就職をめざす 職業能力開発施設です。
三重県労働相談室	〒514-0004 津市栄町1丁目891 三重県勤労者福祉会館1F 電話 059-213-8290 * 勤労者や事業主からの労働に関するあらゆる困りごとにお答えします。 * 労働相談(電話・面談) 月・水・金曜日 9:00～17:00 火・木曜日 9:00～19:00

## ⑧ 就労支援機関 [地域若者サポートステーション]

働くことに悩みを抱えている15歳～49歳までの若者に対し、キャリア・コンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練、職場体験などにより就労に向けた支援を行います。

名称等	内容
北勢地域若者サポートステーション	〒510-0086 四日市市諏訪栄町3-4 星座ビル2F 電話 059-359-7280 * 運営主体 特定非営利活動法人 市民社会研究所 * 開所日・時間 火～土曜日 9:00～18:00 * 相談日・時間(要予約) 火～土曜日 10:00～17:30 * 対象地域 四日市市・桑名市・いなべ市・木曾岬町・東員町・菰野町・朝日町・川越町 * 出張就労相談(要予約) HPIに出張相談場所が掲載してありますのでご確認ください。 * ホームページ <a href="http://hokusapo.com/">http://hokusapo.com/</a>
若者就業サポートステーション・みえ	〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3F 電話 059-271-9333 * 運営主体 公益財団法人 三重県労働福祉協会 * 開所日・時間 月～金曜日 9:00～18:00 第1・3土曜日(要予約) 13:00～17:00 * 相談日・時間(要予約) 月～金曜日 13:30～17:30 * 対象地域 鈴鹿市、亀山市、津市、松阪市、大台町、大紀町、尾鷲市、紀北町、熊野市、御浜町、紀宝町 * 出張就労相談(要予約) ① 鈴鹿市 鈴鹿市役所7階ミーティングルーム701 (第2・4水曜日 13:00～17:00) ② 亀山市 亀山市青少年総合支援センター (第1金曜日 13:00～17:00) ③ 松阪市 松阪市プラザ鈴 (第2・4金曜日 13:00～17:00) * ホームページ <a href="http://www.mie-kinfukukyo.or.jp/sapostemie/">http://www.mie-kinfukukyo.or.jp/sapostemie/</a>
いせ若者就業サポートステーション	〒516-0037 伊勢市岩渕1丁目2-29 いせ市民活動センター北館(シティプラザ)1F 電話 0596-63-6603 * 運営主体 NPO法人 いせコンビニネット * 開所日・時間 月・火・木・金・土曜日 9:00～18:00 * 相談日・時間(要予約) 月・火・木・金・土曜日 11:00～17:00 * 対象地域 主に伊勢市及び近隣市町 * 出張相談(要予約) ①志摩市 志摩市役所会議室(第2木曜日 13:00～17:00) ②南伊勢町 南伊勢町役場 南勢庁舎(第3金曜日 13:00～16:00) * ホームページ <a href="http://spst.e-ise.net/">http://spst.e-ise.net/</a>
いが若者サポートステーション	〒518-0873 伊賀市上野丸之内500 ハイトピア伊賀 3階 電話 0595-22-0039 * なばりサテライト 〒518-0729 名張市南町822-2 名張産業振興センター アスパア4階(相談のみ) * 運営主体 NPO法人 えん * 開所日・時間 月～金曜日 9:00～17:00 * 相談日・時間(要予約) 月～金曜日 9:00～17:00 * 対象地域 主に伊賀市、名張市 * ホームページ <a href="https://npo-en.or.jp/">https://npo-en.or.jp/</a>

おすすめホームページ情報（就労）

- ◆ **おしごと広場みえ：三重県内の就職支援情報**  
 求人検索・企業情報・労働情報・面接会情報・セミナー情報・Uターン求職者情報・インターシップ情報  
 ホームページ <https://www.oshigoto-mie.jp/>
  
- ◆ **ハローワークインターネットサービス：全国のハローワークの求人情報検索**  
 ホームページ <https://www.hellowork.mhlw.go.jp/>
  
- ◆ **地域若者サポートステーション サポステネット：**  
 働くことに悩みを抱えている若者の自立のサポートを目的として作られたwebサイト(厚生労働省委託事業)  
 ホームページ <https://saposute-net.mhlw.go.jp/>

⑨ 三重県自閉症・発達障害支援センター（再掲）

エリア	名称	内容
県北部 エリア	あさけ	〒510-1326 三重郡菰野町杉谷1573 電話 059-394-3412 * 運営主体 社会福祉法人檜の里 * <u>市町の相談窓口等の紹介を受けた方が対象</u> * 電話相談 平日 8:30～17:00 来所相談 平日 8:30～17:00（要予約） 訪問支援 平日 8:30～17:00（相談内容により実施） * ホームページ <a href="http://asakegakuen.com/">http://asakegakuen.com/</a>  ※相談料は不要
県南部 エリア	れんげ	〒519-2703 度会郡大紀町滝原1195-1 電話 0598-86-3911(伊勢志摩)(紀北・紀南) 059-253-1163(津) (分室) 〒514-0818 津市城山1丁目12-2 電話 059-238-0002(松阪・多気) * 運営主体 社会福祉法人おおすぎ * <u>市町の相談窓口等の紹介を受けた方が対象</u> * 電話相談 平日 8:30～17:00（随時） 来所相談 平日 8:30～17:00（要予約） 訪問相談 平日 8:30～17:00（要予約） * ホームページ <a href="http://www.ma.mctv.ne.jp/~rensan/senter2.htm">http://www.ma.mctv.ne.jp/~rensan/senter2.htm</a> ※相談料は不要

⑩ 教育機関 教育支援センター（適応指導教室）

名称	所在地	電話番号
三重県総合教育センター	津市大谷町12番地	059-226-3729 (教育相談電話)
桑名市教育支援センター ふれあい教室	桑名市鍛冶町14	0594-21-3938
いなべ・東員教育支援センター ふれあい教室	いなべ市北勢町阿下喜974	0594-72-3523
四日市市登校サポートセンター		
わくわく教室	四日市市諏訪町2-2	059-354-8285
ふれあい教室	四日市市日永東1丁目2-28	059-345-3350
鈴鹿市適応指導教室		
けやき教室	鈴鹿市神戸1-18-18	059-382-7141
さつき教室	鈴鹿市高塚町1843-10	059-367-1080
亀山市適応指導教室 ふれあい教室	亀山市若山町7-10	0595-82-6000
津市教育支援センター		
ほほえみ教室	津市観音寺359番地 三重大学教育学部付属学校 総合棟1階	059-221-6038
ふれあい教室	津市久居北口町601-4	059-254-0660
松阪教育支援センター		
鈴の森教室	松阪市川井町690-1	0598-26-1900
やまゆり教室	松阪市久米町2008	0598-26-1900
度会郡教育支援センター 度会ふれあい教室	度会郡度会町棚橋1453-2	0596-63-0123
奥伊勢教育支援センター おくいせ教室	多気郡大台町佐原1019	0598-82-3901
伊勢市教育支援センター NEST	伊勢市小俣町元町540	0596-22-7901
鳥羽市教育支援センター HARP	鳥羽市小浜町97	0599-25-2457
志摩市教育支援センター 志摩ふれあい教室	志摩市大王町波切1985-4	0599-52-0281
伊賀市教育支援センター ふれあい教室	伊賀市上友生785	0595-24-0783
教育支援センター さくら教室	名張市百合が丘西5-25	0595-63-7830
尾鷲教育支援センター あおさぎ教室	尾鷲市中村町10-50	0597-22-4433
熊野教育支援センター きのくに教室	熊野市井戸町616-8	0597-89-5945

※ 三重県ホームページ 各種相談窓口:教育委員会 より  
[https://www.pref.mie.lg.jp/s\\_kencho/kencho/gyoumu/d10.htm](https://www.pref.mie.lg.jp/s_kencho/kencho/gyoumu/d10.htm)

## ⑪ 民間支援機関

名称	内容		
認定NPO法人 フリースクール 三重シューレ	〒514-0006 津市広明町328 津ビル 電話 059-213-1115 * フリースクール 対象者 小・中・高校生(未成年なら可) 開所日・時間 月～金曜日 10:00～17:30 * 不登校相談(みえ不登校支援ネットワーク不登校相談) 電話 059-213-1116 * 親の会(開催日はHPのニュース欄をご覧ください) * PR 私たちは不登校の子どもが問題だけでなく、不登校の子どもを問題視する社会が問題だと考えています。フリースクール三重シューレは、子どもが主体となる居場所・学びの場であり、対等な人間関係を大切にしています。高卒資格取得のための学習支援も行っています。 * ホームページ <a href="https://www.mienoko.com/">https://www.mienoko.com/</a>		
NPO法人 チャレンジスクール三重	〒515-2324 松阪市嬉野町1430 一志久居教育会館2F 電話 0598-42-8174 * 対象者 不登校の小中高生とその保護者 * 開所日・時間 月～金曜日 9:00～17:00 * PR 不登校の小中高生が、それぞれのペースに合わせた「学び」に再チャレンジすることを支援しています。 * ホームページ <a href="http://npochmie.jimdofree.com/">http://npochmie.jimdofree.com/</a>		
三重県内の 不登校・ひきこもり 親の会	* 対象者 不登校・ひきこもりの学齢期児童生徒・高校生・大学生。 20～30代のひきこもり・ニートなどの若者。それぞれの保護者。 * PR 不登校・ひきこもりの子ども・若者とその保護者を支え、支援することを目的に、父母・教職員(現・元)・支援者などで相互に情報交換・交流しています。		
		例会開催日と会場:	問合せ先
	鈴鹿不登校を考える 親の会	毎月第2火曜日 19:00～21:00 白子公民館	橋本 080-1987-4008 メール <a href="mailto:tsuunokai@gmail.com">tsuunokai@gmail.com</a> ブログ「つうの会」で検索 <a href="http://miefutoko.blog.fc2.com/">http://miefutoko.blog.fc2.com/</a>
	「つうの会」 不登校・ひきこもり 親の会	毎月第4木曜日 19:00～21:00 アスト津3階 奇数月最終日曜日 14:00～16:30 アスト津3階	
	伊勢子どもみらい会議	奇数月第3土曜日 19:00～21:00 いせ市民活動センター 南館2階	浦田090-6398-6615 濱口090-2925-4206 <a href="mailto:aurain8185@gmail.com">aurain8185@gmail.com</a>
サークルぼちぼちいこか	毎月第3日曜日 13:30～16:00 鵜方公民館	濱口090-2925-4206	
NPO法人 三重県精神保健福祉会 (さんかれん)	〒514-8567 津市桜橋3丁目446-34 三重県津庁舎保健所棟2階 こころの健康センター内 電話 059-271-5808 * 家族のための家族相談 対象者 精神障がい者を抱えるご家族 相談日時 毎週火・木曜日 10:00～16:00(祝日・年末年始を除く) * PR 同じ悩みを抱える家族相談員が相談に応じています。 * ホームページ <a href="http://sankarenn.com/">http://sankarenn.com/</a>		
NPO法人 えん	〒518-0031 伊賀市長田字垣内2063-1(農場) 電話 0595-51-8713 〒519-1111 亀山市関町新所宿屋2107(農場) 〒518-0856 伊賀市上野徳居町3243-1(工房) * 対象者 ニート・ひきこもり・障がい者等の当事者及びその家族・関係者 * 開所日・時間 平日 9:30～15:30 * ホームページ <a href="http://www.npoen.com/">http://www.npoen.com/</a> * PR ニート・ひきこもり・障がい者等の若者たちと、水耕栽培及び和菓子作り等の作業を中心とした自立支援を行っています。		

## (2) ひきこもりの相互援助(自助)グループ

### ① ひきこもり家族の会

[全国団体]

名称等	内容
NPO法人 KHJ全国ひきこもり家族会連合会	〒170-0002 東京都豊島区巢鴨3-16-12-301 電話 03-5944-5250(平日13:00~19:00) * ホームページ <a href="https://www.khj-h.com/">https://www.khj-h.com/</a> (問い合わせ方法が掲載されています)

[全国ひきこもりKHJ家族の会・東海]

名称	内容等
NPO法人 なでしこの会	〒467-0825 名古屋市瑞穂区柳ヶ枝町1-22-7 電話 052-882-1119(火・金午後) * ホームページ <a href="http://ndsk2012.sakura.ne.jp/">http://ndsk2012.sakura.ne.jp/</a> Email khjndsk2020@gamil.com  ◆ フレンドシップなでしこ(FSN)居場所 〒467-0825 名古屋市瑞穂区柳ヶ枝町1-22-7 電話 052-882-1119 FAX 052-882-1119 * ひきこもる人の居場所 * 女子会(母親の会) * 対話学習会 * 親子対話の会 * 絵手紙の会 * 語ろう会 など ■ 詳細はホームページをご覧ください ■ 個別相談…事前にホームページ、電話でご予約ください  ◆ 一宮 居場所(一宮市民活動センターなど) フレンドシップなでしこへご連絡ください。052-882-1119 * 開所時間 毎月第4土曜日 13:30~16:00
RITAの会	◆事務局(NPO法人オレンジの会内に有) NPO法人オレンジの会 〒453-0016 名古屋市中村区則武1丁目24-23 電話 052-452-2536 月~金曜日(祝日除く) 8:30~16:00 * E-mail : <a href="mailto:nagoya@orange-net.info">nagoya@orange-net.info</a>  ◆家族会 * 開催場所 〒453-0016 名古屋市中村区竹橋町4-3 ホリエビルANNEX3階 * 開催日時 毎月3回(詳しくはオレンジの会Xで案内しています) 13:00~15:00 * 問合せ先 052-452-2536 月~金曜日(土日祝日除く) 8:30~16:00 * 活動内容 ご家族同士のグループカウンセリングです。  ◆個別相談 * 開催場所 上記と同じ * 開催日時 毎週水曜日・土曜日 13:00~18:00(難しい場合は相談に応じます) * 問合せ先 上記と同じ  ◆家族の自分史研究会 * 開催場所 〒453-0016 名古屋市中村区竹橋町17-9 セサミタワー1階 * 開催日時 毎月1回(詳しくはオレンジの会Xで案内しています) 13:00~15:00 * 問合せ先 上記と同じ * 活動内容 当事者研究の手法を用いた家族のワークショップです  ◆居場所 * 開催場所 〒453-0016 名古屋市中村区竹橋町4-3 ホリエビルANNEX3階 (交流広場ライフアート内) * 開催日時 月・火・木・金 10:30~17:30(土日祝日除く) * 問合せ先 052-452-2536 月~金曜日(土日祝日除く) 8:30~16:00 * 活動内容 当事者の方の交流スペースです。

[三重県内の活動]

名称	内容
KHJ全国 ひきこもり家族会 連合会三重支部 みえオレンジの会	<p>◆津家族会(セミナー・グループワークなど)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 津市羽所町700 アスト津3階 みえ県民交流センター内 (詳しくは、問合せ先に確認) * 個別相談にも応じます</li> <li>* 開催日時 原則毎月第1日曜日 13:00~15:00</li> <li>* 問合せ先 090-6469-5783 (堀部)</li> </ul> <p>◆四日市家族会 (セミナー等 要望があれば個別相談にも応じます)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 四日市市安島2丁目5-3 四日市市文化会館 第4ホールC</li> <li>* 開催日時 原則奇数月の第2土曜日 9:30~11:30</li> <li>* 問合せ先 090-6469-5783 (堀部)</li> </ul> <p>◆当事者と家族の居場所、家族相談会</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 鈴鹿市神戸6丁目6-28</li> <li>* 開催日時 水・土・日曜日 (13:30~16:00) 盆・正月は休み</li> <li>* 活動内容           <ul style="list-style-type: none"> <li>①第1水曜日: パソコン教室(オンライン参加もできます)</li> <li>②第2木曜日: おしゃべりサロン(‘ひ’経験者や家族が対面 &amp; オンライン参加) ・井戸端会議、日頃の不安、不満を話し、共感力を養います (主に聴き方の練習、否定/非難禁止)</li> <li>③毎月第3土曜日: 手芸の会(13:00~) ・‘ひ’経験者および家族と一緒に手芸を楽しみ、交流します</li> <li>④(原則)毎月最終土曜日: OB会(‘ひ’経験者等が対面 &amp; オンライン参加) ・井戸端会議: 好きな事を話しましょう/聴き方の練習、否定非難禁止</li> <li>⑤その他水・土・日曜日: コロナ禍以降、活動休止継続中 *ホームページ(HP): <a href="http://www.mecha.ne.jp/~m-orange/">http://www.mecha.ne.jp/~m-orange/</a> オンライン参加の場合は、HP掲示板にURLを掲示: ①②④</li> </ul> </li> <li>* 問合せ先 090-6469-5783 (堀部) 他にも、四季のイベントを計画しています、HPを確認ください。</li> </ul>

② ひきこもり家族会

[三重県内の活動]

名称	内容
すずらんの会 (鈴鹿地域家族交流会)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 事務局までお問い合わせください</li> <li>* 開催日時 原則毎月第2金曜日 13:30~15:30</li> <li>* 問合せ先 すずらんの会事務局 鈴鹿保健所 059-382-8673 障害者総合相談支援センターあい 鈴鹿事務所 059-381-1035</li> </ul>
虹の会	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 津市桜橋3-446-34 三重県津庁舎保健所棟1F 社会復帰室</li> <li>* 開催日時 原則毎月第3金曜日 14:00~16:00</li> <li>* 問合せ先 三重県ひきこもり地域支援センター 059-223-5243</li> </ul>

### (3) ひきこもり集いの場

名 称	内 容
クローバーの会 (ひきこもり家族会)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 桑名市総合福祉会館(桑名市常盤町51番地)</li> <li>* 開催日時 毎月第4土曜日 10時00分～11時30分</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 桑名市社会福祉協議会 地域福祉課 福祉支援室 電話 0594-24-1456</li> <li>* ホームページ <a href="https://www.kuwana-shakyo.com/">https://www.kuwana-shakyo.com/</a></li> <li>* PR ひきこもりは、当事者だけでなく、ご家族も不安になることがあります。同じ思いを抱えている家族が集まり、お話し出来る場です。</li> </ul>
なのはなの会	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 生きづらさを抱える当事者の方(ひきこもりの方を含む)</li> <li>* 開催場所 桑名市総合福祉会館(桑名市常盤町51番地)</li> <li>* 開催日時 毎月第2水曜日 15時～17時(出入り自由です)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 桑名市社会福祉協議会 地域福祉課 福祉支援室 電話 0594-24-1456</li> <li>* PR 普段思っていることを話したり、コーヒーなど飲みながらゆったりとしたひと時を過ごしてみませんか。</li> </ul>
Link(リンク)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもりで悩む当事者やご家族</li> <li>* 開催場所 桑名市大字和泉667番地(城南まちづくり拠点施設)</li> <li>* 開催日時 毎月第2木曜日 13時00分～16時00分(祝日の場合は休み)</li> <li>* 問合せ先 桑名市役所 保健福祉部福祉総務課 福祉支援室 電話 0594-24-7440</li> <li>* ホームページ <a href="https://www.city.kuwana.lg.jp/seikatsushien/kenkou/ippan/soudan.html">https://www.city.kuwana.lg.jp/seikatsushien/kenkou/ippan/soudan.html</a></li> <li>* PR 「ネスカフェ」のカフェコーナーがあります。卓球、将棋、オセロができます。いつ来ても、いつ帰っても大丈夫な居場所です。</li> </ul>
いなべ市ひきこもり 支援センター瑠璃庵 (ひきこもり等支援 事業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもり・不登校で悩まれているご家族</li> <li>* 開催場所 いなべ市北勢町阿下喜974番地</li> <li>* 開催日時 月～金 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)</li> <li>* 問合せ先 いなべ市ひきこもり支援センター瑠璃庵 いなべ市北勢町阿下喜974番地 電話 0594-37-0084</li> <li>* ホームページ <a href="https://www.city.inabe.mie.jp/_res/projects/default_project/_page/_001/011/966/rurianpanhu2.pdf">https://www.city.inabe.mie.jp/_res/projects/default_project/_page/_001/011/966/rurianpanhu2.pdf</a></li> <li>* PR 当事者やご家族の方が気軽に利用できる居場所です。</li> </ul>
フリースペース こもフレンズ (菰野町在宅精神 障がい者等支援事業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 菰野町内にお住まいの方で、精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、在宅におみえの方、義務教育終了後原則6か月以上家庭に留まり続けている状態にある方など</li> <li>* 開催場所 菰野町菰野1227-1 菰野町わかば作業所 相談室</li> <li>* 開催日時 毎週水曜日(祝祭日・年末年始は除く)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 菰野町社会福祉協議会 菰野町わかば作業所 電話 059-394-3421</li> <li>* PR 参加者の希望に沿って計画しています。 (内容により、材料費・交通費などの自己負担があります。)</li> </ul>

<p>～ひきこもりについて悩んでいるご家族のための居場所～ 家族のつどい</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもり当事者を支えるご家族</li> <li>* 開催場所 松阪市社会福祉協議会 松阪支所 松阪市鎌田町213番地1</li> <li>* 開催日時 年3回程度</li> <li>* 問合せ先 松阪市健康福祉部健康福祉総務課 松阪市殿町1340番地1 電話 0598-31-1922</li> <li>* ホームページ <a href="https://www.city.matsusaka.mie.jp/soshiki/99/hsoudan.html">https://www.city.matsusaka.mie.jp/soshiki/99/hsoudan.html</a></li> <li>* PR 同じような悩みを持つご家族が集まり、悩みを共有することで、不安が軽くなり、いつもと違った”何かしら”を得られるかもしれません。ひとりで、家族だけで悩まないで、お気軽にご参加ください。</li> </ul>
名 称	内 容
<p>ふらっとカフェ (みんなの居場所づくり事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 松阪市鎌田町213-1 松阪市社会福祉協議会 松阪支所1階 地域交流多目的室</li> <li>* 開催日時 毎月第2・4金曜日(祝日の場合は休み) 13:00～15:00</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 松阪市社会福祉協議会 松阪支所 地域福祉係 電話 0598-30-5210</li> <li>* ホームページ <a href="http://matsusakawel.com/">http://matsusakawel.com/</a></li> <li>* PR 当事者やご家族が、気軽に気楽にほっと一息つけるコミュニティスペースです。</li> </ul>
<p>よりどころ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもりや不登校で悩まれているご本人・そのご家族</li> <li>* 開催場所 多気郡多気町四疋田587-1 多気町多気町社会福祉協議会(天啓の里)</li> <li>* 開催日時 月1回</li> <li>* 問い合わせ先 社会福祉法人多気町福祉協議会 電話 0598-38-8091</li> <li>* ホームページURL <a href="http://www.ma.mctv.ne.jp/~takiwel/">http://www.ma.mctv.ne.jp/~takiwel/</a></li> <li>* PR 誰もが自由に集まれて、悩みや希望をお話し出来るよりどころです。やりたい事やってみたい事を一緒に考えてやっていきましょう。</li> </ul>
<p>いばしょカフェ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 不登校で悩まれているご家族</li> <li>* 開催場所 明和町中央公民館</li> <li>* 開催日時 3回/年</li> <li>* 問合せ先 <a href="mailto:bunbuku6378@yahoo.co.jp">bunbuku6378@yahoo.co.jp</a></li> <li>* PR ご家族が悩みや情報を共有する座談会です。お気軽にお問合せください。</li> </ul>
<p>フリースペースべっぼ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 不登校の小学生・中学生・高校生</li> <li>* 開催場所 多気郡明和町大字佐田</li> <li>* 開催日時 毎月1～2回程度 午前9時～11時30分</li> <li>* 問合せ先 <a href="mailto:bunbuku6378@yahoo.co.jp">bunbuku6378@yahoo.co.jp</a></li> <li>* PR ゆるやかにつながり、ゆるやかに学び合う機会になればとの思いから、気軽に立ち寄って自由に過ごしていただける場所を解放しています。</li> </ul>
<p>ひきこもりの家族の交流会</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 伊勢市八日市場町13-1 福祉健康センター内</li> <li>* 開催日時 隔月(年6回程度)</li> <li>* 問合せ先 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ 電話 0596-63-5670 FAX 0596-27-2412 E-mail <a href="mailto:ise-hk.center@mie.email.ne.jp">ise-hk.center@mie.email.ne.jp</a></li> <li>* ホームページ <a href="https://ise-shakyo.jp/tsumugi">https://ise-shakyo.jp/tsumugi</a></li> <li>* PR ひきこもり当事者の家族の皆さんが、日々感じていることや思いを共有して、息抜きをしてもらえる場です。</li> </ul>
<p>フリースペースこだま</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 伊勢市八日市場町13-1 福祉健康センター内</li> <li>* 開催日時 月10回程度 10:00～12:00</li> <li>* 問合せ先 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ 電話 0596-63-5670 FAX 0596-27-2412 E-mail <a href="mailto:ise-hk.center@mie.email.ne.jp">ise-hk.center@mie.email.ne.jp</a></li> <li>* ホームページ <a href="https://ise-shakyo.jp/tsumugi">https://ise-shakyo.jp/tsumugi</a></li> <li>* PR 心に不安のある方とそのご家族が自由に集える居場所です。</li> </ul>

<p>若者の居場所 「よりみち」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 市内在住で家にこもりがちの方(10代～30代)</li> <li>* 開催場所 伊勢市八日市場町13-1 福祉健康センター内</li> <li>* 開催日時 毎月第三木曜日 14:00～16:00</li> <li>* 問い合わせ先 伊勢市ひきこもり地域支援センターつむぎ 電話 0596-63-5670 FAX 0596-27-2412 E-mail ise-hk.center@mie.email.ne.jp</li> <li>* ホームページURL <a href="https://ise-shakyo.jp/tsumugi">https://ise-shakyo.jp/tsumugi</a></li> <li>* PR 皆でカードゲームやボードゲームをして楽しく過ごしています。</li> </ul>
<p>さんぽみちカフェ (参加支援・ひきこもり サポート事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 長い間就労や地域活動から離れた生活を送っている方</li> <li>* 開催場所 鳥羽市大明東町2-5 鳥羽市保健福祉センターひだまり内</li> <li>* 開催日時 毎月第4木曜日 10:00～11:30 (日にちが変更になる場合があります。事前にお問合せください)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 鳥羽市社会福祉協議会 電話 0599-25-1188</li> <li>* ホームページ <a href="https://toba-shakyo.or.jp/">https://toba-shakyo.or.jp/</a></li> <li>* PR 畑をしたり、お菓子を食べたり、何もせずゆったりしたり… 自由に過ごしてみませんか。お気軽にお問い合わせください。</li> </ul>
<p>さんぽみち家族の会 (参加支援・ひきこもり サポート事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもりで悩まれているご家族</li> <li>* 開催場所 鳥羽市大明東町2-5 鳥羽市保健福祉センターひだまり内</li> <li>* 開催日時 毎月第3木曜日 10:00～11:30 (日にちが変更になる場合があります。事前にお問い合わせください)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 鳥羽市社会福祉協議会 電話 0599-25-1188</li> <li>* ホームページ <a href="https://toba-shakyo.or.jp/">https://toba-shakyo.or.jp/</a></li> <li>* PR ほかでは言えない話をして、ちょっとほっこりしてみませんか。 お気軽にお問い合わせください。</li> </ul>
<p>裏萩山 さんぽみちカフェ (参加支援・ひきこもり サポート事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 一人住まいの方、長い間就労や地域活動から離れた生活を送っている方</li> <li>* 開催場所 鳥羽市池上町25番30号 裏萩山団地343号</li> <li>* 開催日時 毎月1・3火曜日 10:00～11:30 (日にちが変更になる場合があります。事前にお問い合わせください)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 鳥羽市社会福祉協議会 電話 0599-25-1188</li> <li>* ホームページ <a href="https://toba-shakyo.or.jp/">https://toba-shakyo.or.jp/</a></li> <li>* PR 一人住まいでなかなか外とつながりにくい方など…あそびに来ませんか。 本格的なダーツも楽しめます。お気軽にお問い合わせください。</li> </ul>
<p>「nest(ネスト)」 (ひきこもりサポート 事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 開催場所 伊賀市上野中町2980 暮らしサポートセンターおあいこ なかまちサテライト</li> <li>* 開催日時 毎週水・金曜日 13:00～16:30 (※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催日時を短縮している場合があります。事前にお問い合わせください)</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 伊賀市社会福祉協議会 電話 090-3483-2584</li> <li>* ホームページ <a href="http://www.hanzou.or.jp/">http://www.hanzou.or.jp/</a></li> <li>* PR 当事者やご家族の方が自由に使っていただけるフリースペースです。 それぞれの状況や希望にあわせたオーダーメイドな居場所づくりを行っています。 お気軽にお問い合わせください。</li> </ul>
<p>集まりの場 (ひきこもり支援事業)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 対象 ひきこもり状態の方・長期不就労の方・そのご家族</li> <li>* 開催場所 ハッピーハウス (南牟婁郡紀宝町鶴殿1074-1 紀宝町福祉センター敷地内)</li> <li>* 開催日時 毎月第1木曜日(祝日・年始等は第2木曜日) 13:30～15:00</li> <li>* 問合せ先 社会福祉法人 紀宝町社会福祉協議会 総務・地域福祉係 電話 0735-32-0957 メール <a href="mailto:atumarinoba@kiho-shakyo.or.jp">atumarinoba@kiho-shakyo.or.jp</a></li> <li>* PR 同じ思いでいる方が集まり、悩みや迷いなどをお話できる場です。 もちろん、話したくない方は、ゆったり過ごしていただく事もできます。</li> </ul>

