

このようなことで
悩んでいませんか？

このままで
いいの？

何とか
しなければ

人との
関わりが苦手

相談相手がいない
何から話していいか
わからない

外に
出るのが
こわい



自分の気持ちを
家族はわかって
くれない

ひとりで悩まず 誰かにはなそう

ご本人
ご家族が

自分らしい暮らしができるように...
その一歩をふみだせるように...



お気軽に
ご相談ください

外出すること、仕事につながるものが
必ずしもゴールではありません。



秘密
厳守

相談は無料です

相談窓口は裏面へ→

ひきこもりとは

ストレスが大きすぎて心身が疲労し、
どうにもならなくなった時に身を守る方法の
一つです。誰にでも起こる可能性があり、
“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。

ご家族へ

誰かに相談することで
状況が変わることが
あります。

あなたへ

気持ちをお話してください。
相談員があなたの
ペースで伴走します。

専門アドバイザー相談日時（祝日・年末年始を除く）

(1)	月曜日（第1・2・4）	13:00～16:00
(2)	木曜日（第1～4）	10:00～16:00

※上記は専門アドバイザーの相談日となります。面談でのご相談は予約制です。



お問い合わせは

くらしサポートセンターでは、随時相談を受け付けております。

取手市社会福祉協議会

くらしサポートセンター

TEL 0297-72-0603 取手市寺田5144-3
(福祉交流センター1階)

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
8時30分～17時15分まで
mail shakyo-t@toride-shakyo.or.jp



↑相談窓口営業内

