

「ひきこもり」に関する相談窓口

ひきこもり まずは理解することからはじめましょう

「ひきこもり当事者の声を聴こう」

～厚生労働省 ひきこもり VOICE STATION～

ひきこもり当事者の声の動画、ひきこもりのイベント情報、ひきこもりに関する情報、専門家からの応援メッセージ、相談機関の検索、ひきこもりチャットナビがあります。

こちらからアクセス



～ひきこもりからの回復のため～

◇まずはご相談ください～相談窓口～東松島市役所 健康推進課

☎0225-82-1111 (平日 8:30～17:15) (※東松島市に住民票がある方)

相談することで、ご家族の辛さを軽減したり、本人の支援のきっかけになります
今後について一緒に考えたり、希望に応じて支援機関におつなぎします

ひきこもり
相談窓口



【相談無料】 ひきこもり専門相談 (事前予約制:相談日1週間前まで)

【申し込み先】☎0225-95-1431(直通) 東部保健福祉事務所母子・障害班

【内容】精神科医・精神保健福祉士による個別相談(1ケース 50分程度)

【対象】ひきこもりに関する悩みを抱えた本人とそのご家族、関係者など

【相談会場】石巻合同庁舎2階 一般診察室 (石巻市あゆみ野5丁目7番地)


【日程】火曜:精神科医:①10:00～ ②11:30～ ③13:30～ ④15:00～

木曜:精神保健福祉士:①13:00～ ②14:00～ ③15:00～ ④16:00～

令和8年5月14日(木) 精神保健福祉士	令和8年9月10日(木) 精神保健福祉士	令和9年1月14日(木) 精神保健福祉士
6月9日(火) 精神科医	10月13日(火) 精神科医	2月9日(火) 精神科医
7月9日(木) 精神保健福祉士	11月12日(木) 精神保健福祉士	3月18日(木) 精神保健福祉士


～その他の相談機関は裏面へ～

相談窓口(すべて相談無料)

<p>石巻圏域子ども・若者総合相談センター ☎0120-255-820 (火～土 11:00～18:00) ※ただし、第 2.4 火曜、祝祭日は閉所)</p>	<p>◎困っているけど、どこに相談していいかわからない人を支援します。 相談方法▶面談(来所または訪問)・電話・メール (ホームページよりメール相談、予約を受け付けています) 対 象▶39 歳までのご本人と、そのご家族</p>
<p>ユースサポートカレッジ石巻 NOTE ☎0225-25-5374 メール info@npo-switch.org (月～金 10:30～16:00/土日祝 定休)</p>	<p>◎生きづらさ(漠然とした将来の不安や就労・就学の悩み等)を感じている方の支援をしています。 相談方法▶電話またはメールにて初回面談の予約 内 容▶就労、就学支援、進路決定サポート 等 対 象▶中学卒業から 29 歳までのご本人とそのご家族</p> <p>詳しくは ホームページへ↓ </p>
<p>石巻地域若者サポートステーション ☎0225-90-3671 メール ishisapo@roukyou.gr.jp (月～金 10:00～17:00 受付 16 時まで 土日祝日 定休)</p>	<p>◎働くことに踏み出したい方へ…働くことに興味がでてきた方への支援をしています。(通所型の就労支援機関です) 相談方法▶面接・電話・メール (電話またはホームページにて初回面談の予約) 内 容▶就労支援、同行支援 各種セミナー等 対 象▶15 歳～49 歳までのご本人とそのご家族</p>
<p>宮城県ひきこもり地域支援センター ☎ 0229-23-0024 (月～金 9:00～16:00/祝日・年末年始を除く)</p>	<p>◎ひきこもりに関する電話、来所面接相談を行っています 対 象▶ 宮城県内(仙台市を除く)に居住する 18 歳以上のひきこもり状態にある方とそのご家族 ※まずは電話にてお問合せください</p>

居場所支援(費用無料)

◎ 自宅以外でも、安心して過ごせる場所です

<p>宮城県ひきこもり地域支援センター 居場所支援 「ほっとスペース クローバー」 ☎ 0229-23-0024 【場所】宮城県精神保健福祉センター (大崎市古川旭 5 丁目 7-20)</p>	<p>◎ ひきこもりの方が利用できるフリースペースです 対 象▶ 市町村等の支援機関でひきこもり支援を受けているひきこもり状態にある方(仙台市を除く県内在住の概ね 18 歳以上の方)。義務教育終了後、高等学校等に在籍せずにひきこもり状態にある場合も対象とします。 開 設 日▶ 月曜日 10:00～15:00 (祝日・年末年始を除く) ※まずは電話にてお問合せください</p>
<p>宮城県オンライン居場所 「おらんちラウンジ」 (運営: 特定非営利活動法人 Switch) ☎ 022-762-5851 (問い合わせは: 平日: 9:00～17:00) メール info@npo-switch.org</p>	<p>◎ インターネットを活用したオンラインの居場所です 対 象▶ 宮城県内にお住まいの義務教育終了後のひきこもり状態にある方 開 設 日▶ 毎週月曜日 内 容▶ 交流支援、学習支援、相談支援など、ひとりひとりの状況やニーズに合わせたプログラムがあります。 ※参加費無料 (通信費は自己負担) 詳しくは ホームページへ→ </p>

