

令和8年度

# ひきこもり相談会

●相談日時 毎月 第2火曜日 13:30~16:30

※ご相談者多数の場合は、お待ちいただく場合があります

※8/12は、第2(水)です

|       |       |      |      |       |     |
|-------|-------|------|------|-------|-----|
| 4/14  | 5/12  | 6/9  | 7/14 | 8/12※ | 9/8 |
| 10/13 | 11/10 | 12/8 | 1/12 | 2/9   | 3/9 |

●場所 救急薬品市民交流プラザ 別館

●相談員 精神保健福祉士など専門の相談員が対応します

●相談料 無料 予約不要

「ひきこもり」とは？

射水市では、「さまざまな要因の結果、学校や仕事などに行けず、家族以外の人との交流を避け、6カ月以上家庭にとどまり続けている状態」をひきこもり状態としています。

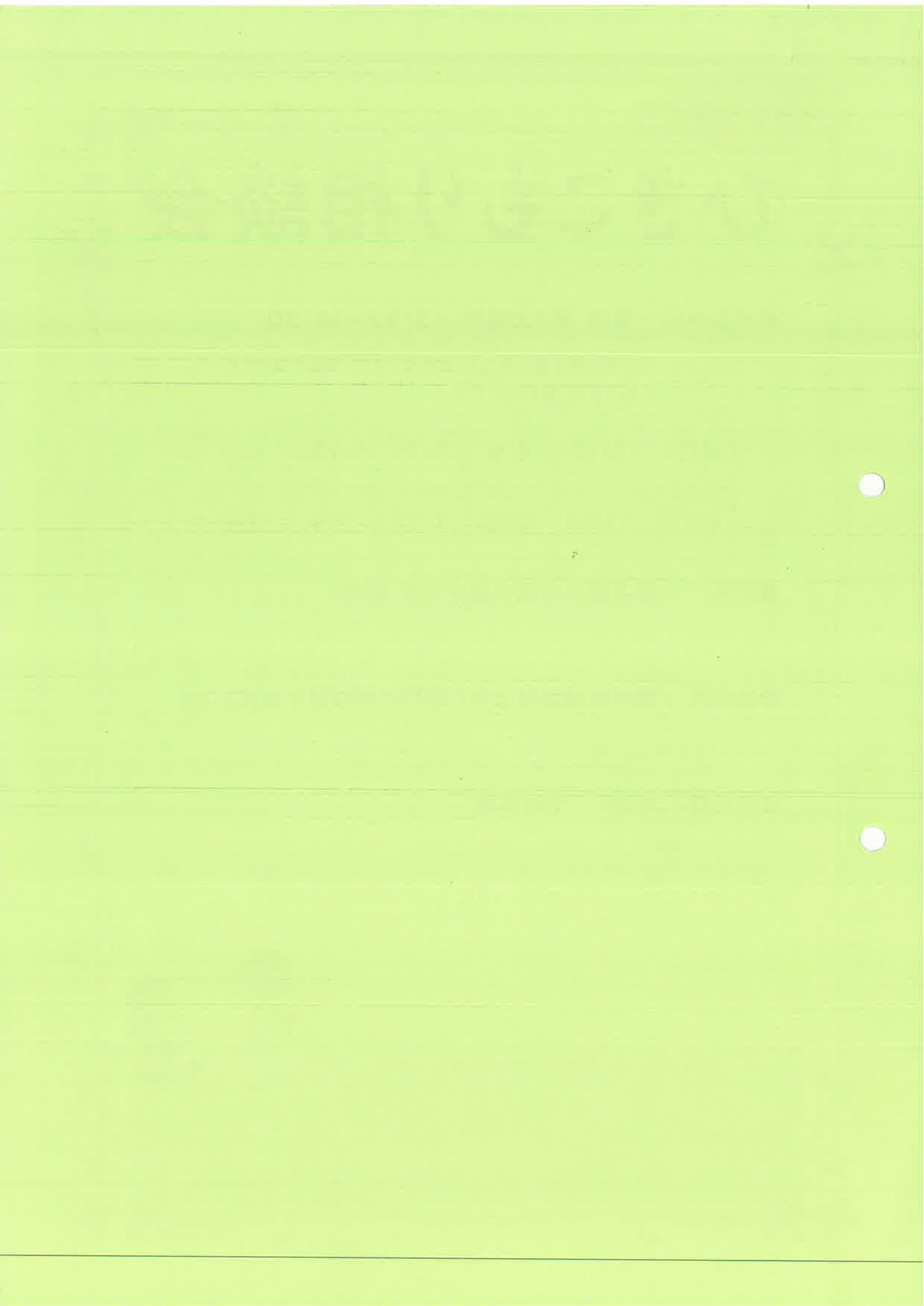
ひきこもりは、一人一人、要因が違います。悩みや不安は抱え込まずに、相談してみましょう。



問合せ 射水市ふくし総合相談センター すてっぴ

射水市戸破4200番地11 救急薬品市民交流プラザ 2階 射水市社会福祉協議会内  
月曜日~金曜日 9:00~17:00(年末年始・祝日を除く)

☎ 0766-55-5204    ✉ step@imizushakyo.jp



令和8年度

# すてっぷカフェ家族会

すてっぷカフェ家族会は、ひきこもりなど生きづらさを抱える方のご家族(両親・兄弟・親戚など)が集まって自由に過ごす場所です。

ご家族同士が交流しリフレッシュしていただくこと、ひきこもりに対する理解を深めることを目的としています。どうぞお気軽にご参加ください。

日 時 毎月 第4土曜日 13:30~15:30  
※7/25は、9:30~11:30です  
※12/19は、第3(土)です

|       |       |            |           |      |           |
|-------|-------|------------|-----------|------|-----------|
| 4/25  | 5/23  | 6/27       | 7/25<br>※ | 8/22 | 9/26<br>※ |
| 10/24 | 11/28 | 12/19<br>※ | 1/23      | 2/27 | 3/27      |

場 所 救急薬品市民交流プラザ 別館  
※9/26は、3階会議室 2B です

対 象 者 射水市在住のひきこもり状態にある方の家族

参加費用 無料

事前申込 不要

- ◆ 見学だけでも OK
- ◆ 途中参加・退出 OK
- ◆ 相談会ではありませんので無理に話さなくても OK



問合せ 射水市ふくし総合相談センター すてっぷ

射水市戸破4200番地11 救急薬品市民交流プラザ 2階 射水市社会福祉協議会内  
月曜日~金曜日 9:00~17:00(年末年始・祝日を除く)

☎ 0766-55-5204 ☒ [step@imizushakyo.jp](mailto:step@imizushakyo.jp)

## 「悩む」から「考える」へ

【悩む】・・・あれこれ迷い、解決策が見つからず苦しむ状態

【考える】・・・筋道を立てて頭を働かせる、検討する

「どうしよう」とぐるぐる悩み、先が見えない状況ではないですか。  
よければ、家族会に参加して、誰かに話して、一緒に整理してみませんか。

家族だけで悩まず、同じ悩みを持つ家族同士と一緒にひきこもりについて考えてみましょう。  
また、時には、ひきこもりとは全く関係のない話題でリフレッシュしましょう。

すてっぷ家族会に参加された方の声

「家族会から帰れば、自宅で明るい表情で居ることができる」

「すてっぷカフェに来ることで、リフレッシュできる」

「世間話ができてよかった。家族とはこんなに話さないのに」

ひきこもりとは

射水市では、「さまざまな要因の結果、学校や仕事などに行けず、家族以外の人との交流を避け、6カ月以上家庭にとどまり続けている状態」をひきこもり状態としています。

ひきこもりの背景・現状は一人ひとり異なりますが、「何とかできないか」と悩む気持ちは共通です。  
すてっぷで相談すること、家族会に参加することが、「考える」機会になりますように。



市社協  
Instagram



すてっぷ  
ひきこもり支援の  
ページ

射水市ふくし総合相談センター すてっぷ  
射水市戸破 4200-11 救急薬品市民交流プラザ 2 階  
TEL 0766-55-5204

令和8年度

# すてっぷカフェ

すてっぷカフェは、ひきこもりなど、生きづらさを抱える方が集まって自由に過ごす場所です。抱えている悩みを話す、ゲームや読書をする、のんびりするなど、それぞれの目的で過ごすことができます。どうぞお気軽にご参加ください。

日 時 毎月 第3木曜日 13:30~15:30

|       |       |       |      |      |      |
|-------|-------|-------|------|------|------|
| 4/16  | 5/21  | 6/18  | 7/16 | 8/20 | 9/17 |
| 10/15 | 11/19 | 12/17 | 1/21 | 2/18 | 3/18 |

場 所 救急薬品市民交流プラザ 別館

対 象 者 射水市在住のひきこもり状態にある方

参加費用 無料

事前申込 不要

- ◆ 見学だけでも OK
- ◆ 途中参加・退出 OK
- ◆ 本やゲームなどの持ち込み OK
- ◆ 相談会ではありませんので無理に話さなくても OK



問合せ 射水市ふくし総合相談センター すてっぷ

射水市戸破4200番地11 救急薬品市民交流プラザ 2階 射水市社会福祉協議会内  
月曜日~金曜日 9:00~17:00(年末年始・祝日を除く)

☎ 0766-55-5204 ✉ [step@imizushakyo.jp](mailto:step@imizushakyo.jp)

# すてっぷカフェは

## 「だれかと会ってみようかな」を

### 受け止める場所です

●あなたにとって すてっぷカフェはどんな場所ですか

- ・人と関われる場所
- ・社会に出るためのコミュニケーションを練習する場所
- ・誰かに会いたくなるから来ました
- ・支援者に勧められたから来ました
- ・ぼーっとしたい
- ・いろんなことをしてみたい

●すてっぷカフェに来てみてどう思いましたか

- ・知らない人とだから話ができる
- ・コミュニケーションの練習になります
- ・みんなそれぞれやりたいことは違うから、  
ここのゆるい雰囲気がいいと思う
- ・嫌ではない
- ・話しかけてくれた方が楽です

射水市ふくし総合相談センターすてっぷのことを知ってもらい

「ちょっとのぞいてみようかな」から大丈夫なので、お気軽にご参加ください



市社協  
Instagram



すてっぷ  
ひきこもり支援の  
ページ

そ う だ ん  
どこに相談したらいいのかわからない

こ ま  
困ったことがたくさんある

ふくし かん さまざま そ う だ ん お う かいけつ む いっしょ かんが し えん  
福祉に関する様々な相談に応じ、解決に向け、一緒に考え支援します

ひ み つ ま も  
秘密は守ります

そ う だ ん む り ょ う  
相談は無料です

そ う だ ん  
ご相談ください!



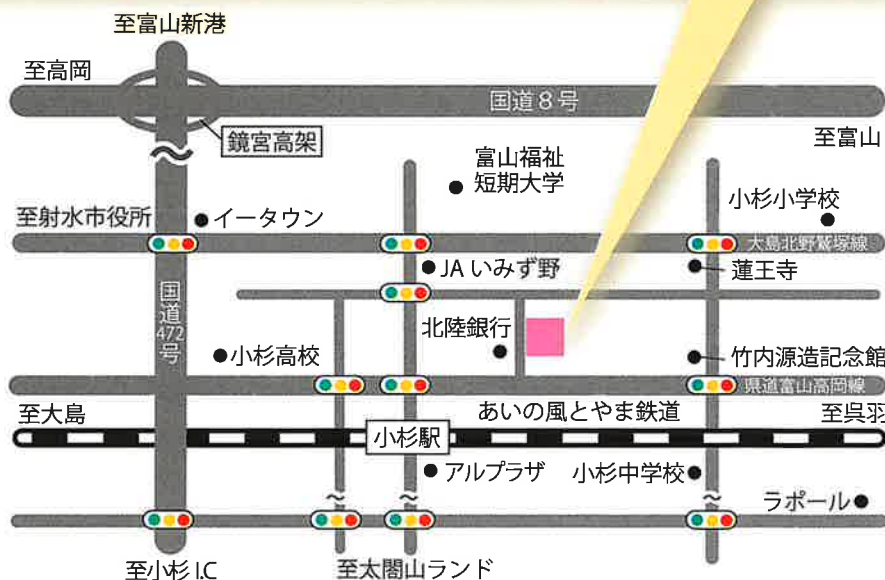
ば し ゃ じ ょ  
場所

〒939-0351 富山県射水市戸破4200番地11

きゅうきゅうやくひんしんしんこうりゅう し めんこうりゅう かい いみず ししゃかいふくし きょうぎかい ない  
救急薬品市民交流プラザ(いみず市民交流プラザ)2階 射水市社会福祉協議会内

アクセス

こすぎえき とほふん  
小杉駅から徒歩7分



かいしよ にち し げつ よう きん よう ねんまつねん し しゅくじつ のぞ  
開所日時: 月曜～金曜 9:00～17:00 (年末年始・祝日を除く)

そ う だ ん と あ  
<ご相談・お問い合わせ>

TEL 0766-55-5203 Eメール step@imizushakyo.jp

TEL 0766-55-5204 (ひきこもり相談専用ダイヤル)



と い あ わ き き  
Eメールお問合せ先



し えん ない よう  
**支援内容**

せい かつ こんきゆう しゃ し えん  
**生活困窮者の支援**

◆**まずは相談**  
生活に困りごとや不安を抱えている方の相談に応じ、一人ひとりの状況に合わせた支援プランと一緒に作成し、自立に向けた支援を行います。

◆**家計の立て直しをアドバイス**  
相談者とともに家計の状況を把握し、自分で家計を管理できるように、収支のバランスや債務の状況を整理します。

◆**就労に向けた段階的支援**  
「社会との関わりに不安がある」、「他の人とコミュニケーションがうまくとれない」など、ただちに一般就労することが難しい方を、段階的に支援します。

ふく し り よう えん じよ  
**福祉サービスの利用援助**

判断能力が十分でなく、日常生活を営むことに不安がある方に対し、福祉サービスの利用に関する情報提供や相談、手続きを支援します。併せて、日常的な金銭管理や通帳・証書など大切な書類の預かりを行い、安心して地域で生活できるよう支援します。

し えん  
**ひきこもり支援**

ひきこもり状態にある方やその家族の相談窓口です。本人の状態や家族の思いに応じて助言を行うとともに、適切な支援につなぎます。

- ◆当事者や家族との電話、窓口、訪問などによる相談
- ◆社会参画への支援

**☎ 0766-55-5204**

(ひきこもり相談専用ダイヤル)

せい かつ ふく し し きん かしつけ  
**生活福祉資金の貸付**

低所得世帯や障がい者世帯、高齢者世帯が経済的自立と安定した生活を送れるように、資金の貸付けと必要な相談支援を行います。

しんばい そろ だん  
**心配ごとの相談**

日常生活から生じる心配ごと、悩みごとに関する相談に対して、民生委員・児童委員が相談に応じ、適切な助言を行います。

- 地域住民の困りごとのニーズキャッチにつとめます。
- 様々な専門機関につなぎ、困りごとの解決を目指します。
- 地域福祉活動、ボランティア活動など、多方面から支援を検討します。

※支援の内容によっては、一定の要件などがあります。まずはご相談ください。

