

ひきこもりは 「怠け」や「甘え」とはちがうよ

就職が上手くいかなかったり、人とかわりを持って家にいる状態は…「怠け」や「甘え」のように見えることもありますが、実際のご本人は、自分の状態に苦しんでいる場合がほとんどです。

対応で気をつけたいことは

- ・強い引け目、挫折感、劣等感を抱えて苦しんでいるときに、「怠けている」「甘えている」と言われただけで、ご本人からご家族に対する不信感が強くなってしまふので、かける言葉に気をつけましょう。
- ・唯一味方でいてくれる親や家族から見放されると居場所がなくなってしまうから、孤立させずにこまめにコミュニケーションを取り、最初はぎこちなくても「おはよう」の挨拶から始めて、立ち直ることを優先させるのではなくご本人のペースに合わせる事が大切です。
- ・自己肯定感「自分にもできると思わせること」を高めることで前向きな気持ちが芽生えてきます。
- ・ひきこもり自体は病気ではありませんが、その背景にこころの病といわれている精神疾患（発達障害も含む）がある場合があります。その場合は精神疾患に対しての治療を行っていくことも必要になります。



社会福祉法人 生石会
紀美野町委託 ひきこもりサポート事業

ゲストハウス「のぞみ」



ご気軽にお問い合わせください

24h
対応 073-489-3344

〒640-1121 紀美野町下佐々 728-1

FAX 073-489-3346

e-mail nozomi.kimino3344@theia.ocn.ne.jp

あなたの思い 聞かせてください

紀美野町

- ◆ご本人、ご家族だけで抱え込まないでまず相談してみませんか？
- ◆あなたの近くに相談できる場所があります。



あなたの近くに悩みを抱えるご本人やご家族がいるかもしれません。そのような方々にも相談窓口があることを知らせてあげてください。



ゲストハウス「のぞみ」って どんなところ？

対象者

紀美野町在住 15歳以上の方、及びそのご家族の方

～ご利用の流れ～

相談

- 来所相談……9:00～16:00 (月・火・木・金)
- 電話相談……24時間対応
- メール相談…eメールアドレス (表に表記)
- 訪問相談…自宅、自宅外どちらにでも伺います。



1人で悩んでいませんか？
悩みや困っていることがあれば、お話を聞かせてください。
次のステップに繋がるよう、私たちが一緒に考えます。

相談後、居場所としてご利用いただけます。

居場所 9:00～16:00 (月・火・木・金)

開所時間内は自由に
出入り可能です。
イベント不参加でも
居場所利用は可能です。
安心して自由に過ごす
ことができる場所です。



イベント

カードゲームやテーブルゲーム、
調理実習、スポーツなど簡単に
できる内容で週1～2回を予定
しています。誰でも参加OK。



サポート

- 相談の継続 (ご本人、ご家族それぞれ)
- 居場所利用等 (イベント利用や就労体験等)
- ご本人、ご家族の意向を伺ったうえで
必要な専門機関等と連携し、サポートさせて
いただきます。

相談や居場所・イベント等の利用は、
無料です。