

# ひきこもりに関する相談窓口について

**大洲市では、ひきこもりにお悩みのご本人やご家族からの相談をお受けしています。**

厚生労働省の定義では「仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人との交流をほとんどせずに6か月以上続けて自宅にひきこもっている状態」を「ひきこもり」といいます。ひきこもりは病気ではなく、状態を示す言葉です。本人の「怠け」や「甘え」ではありません。

ひきこもりはご本人にとってはもちろんのこと、ご家族にとっても大変心配なことだと思います。ひきこもりの要因や背景は様々です。ご本人、ご家族だけで悩まないで、お気軽にご相談ください。

早期に相談することでご本人やご家族の孤立を防ぎます。

## こんなことで悩んでいませんか？

- 子どもがひきこもりかもしれない
- 家族が自分の部屋から出てこない
- 人とコミュニケーションがとれない
- 自信が持てず、外出できない
- このままでは将来のことが不安
- どこに相談していいかわからない など



## 相談窓口

## 相談時間

### 大洲市

大洲市保健センター ☎ 0893-23-0310  
長浜保健センター ☎ 0893-52-3055  
肱川保健センター ☎ 0893-34-2340  
(肱川・河辺地区)

◆ 8時30分～17時15分 (平日)

※ 電話相談・来所相談(要予約) ※必要に応じ訪問もいたします。

### 愛媛県

ひきこもり相談室 (愛媛県心と体の健康センター内)

(愛媛県総合保健福祉センター3F) ☎ 089-911-3883

◆ 9時～17時 (平日) ※ 電話相談・来所相談 (要予約)

八幡浜保健所 ☎ 0894-22-4111

(内線 287・288)

◆ 8時30分～17時15分 (平日)

※ 電話相談・来所相談(要予約)

《このページに関する問い合わせ先》

大洲市保健センター 愛媛県大洲市東大洲270番地1

TEL 0893-23-0310 FAX 0893-23-0311