

ひきこもり支援ハンドブック

# ひきこもっていても…

あなたは一人ではありません  
一緒に考えていきましょう



## はじめに

この小冊子はひきこもりなどの悩みをかかえる方や  
そのご家族に読んでいただくためのものです。  
一言でひきこもりと言っても、その悩みは一人一人、さまざまです。  
ここに書かれている内容も、自分とぴったり同じだと思われるものと、  
これは少し違うなと感じられるものがあると思います。  
この小冊子が、みなさんと私たちとの間の  
コミュニケーションを深めていききっかけとなれば、  
そしてみなさんの悩みを解決する糸口となれば幸いです。

## Contents

### もくじ

ひきこもりの理解のために	2
ひきこもりへの開かれた対応を	4
相談機関や援助団体情報	8
それぞれの歩み	13

精神保健福祉センターのホームページから  
心の健康や福祉についての情報がご覧いただけます

<http://www.pref.fukushima.jp/seisinsenta/top.html>



平成16年3月発行

---

発行 福島県精神保健福祉センター  
〒960-8012 福島県福島市御山町8番30号  
TEL 024-535-3556 FAX 024-533-2408  
<http://www.pref.fukushima.jp/seisinsenta/top.html>

制作協力 ひきこもり関連調査事業研究班  
編集・印刷 (株)第一印刷  
〒960-8201 福島市岡島字古屋館1-2  
(福島工業団地内)  
TEL 024-536-3232(代)

---



福島県精神保健福祉センター

024-535-3556 にお電話下さい