

浜松市ひきこもり地域支援センターサテライト事業所 ゆるりと浜名



浜松市ひきこもり地域支援センターは、平成21年からひきこもり支援を行っています。

令和6年(2024年)6月、浜松市北部地域の支援を拡充するため、ひきこもり地域支援センターサテライト事業所『ゆるりと浜名』を開設しました。活動場所は、浜名区のコミュニティスペース和楽です。

ご本人やご家族の支援を、ひきこもりサポートセンターこだまが運営主体となって行っています。また、家族交流会の協力団体として家族会てくてく、さらに令和8年度から新たに、ゆる～くつながる不登校親の会を仲間に加えて、みなさまの交流やご相談に対応しています。

【開所日】

第1・3 水曜

10:00～12:00 個別相談(こだま)

13:00～16:00 交流スペース(こだま)

第2・4 土曜

10:00～12:00 家族交流会

(てくてく、ゆる～くつながる浜松不登校親の会)

13:00～17:00 個別相談(てくてく、こだま)

交流スペース



第1・3 水曜日 13:00～16:00

外出はできるようになったけれど人とのコミュニケーションは苦手、日常生活のリズムを整えたい、外出先がないと再びひきこもってしまう、などの困りごとを抱えている方が対象です。

ボードゲーム、TV ゲーム、運動、季節のイベント(お花見等)など利用者さんたちのご希望に応じて様々な活動を行います。



個別相談



第1・3 水曜日 10:00～12:00

第2・4 土曜日 13:00～17:00

ご本人・ご家族等のお話を伺いながら、状況の整理に努めます。

相談では、ご本人の気持ちの確認や、ご本人に対する適切な関わりについてご家族と一緒に考えていくなど、継続的に支援をしていきます。

予約制となっております。初回相談をご希望の方は、精神保健福祉センターに連絡をお願いいたします。

(☎053-457-2709)



家族交流会



第2・4 土曜日 10:00～12:00

予約不要で気軽に来ることができる家族の交流の場です。ご家族がほっと一息つける場を提供いたします。日頃のちょっとした出来事や困りごと、思いなどを一緒におしゃべりしませんか。

親亡き後講座、ストレスの対処法講座…など講座・学びの場を開催することもあります。



【こだま・てくてく・ゆる～くつながる浜松不登校親の会について】

こだま

訪問や交流スペースで、人と人とのつながりや絆をもう一度取り戻し、自分らしい生き方を見つけること、将来的な就労を目指すための一時的な休憩場所、自分を見つめ直す場所です。

<https://npo-e-jan.com/kodama/>



てくてく

ひきこもり家族会です。

1. 定例会 毎月第3日曜日
(勉強会・交流会)
2. ガーデンカフェ
(花の香り・緑の匂いに癒される)
3. 個別相談・電話相談(無料)

悩みを共有し、知恵を貸しあう、仲間になろう

<https://tekutekuiku.jimdofree.com/>



ゆる～くつながる浜松不登校親の会

私たちは、不登校を経験するご家庭がゆるやかにつながり、安心して想いを分かち合える場として、2023年9月に発足した LINE オープンチャットを活用した親の会です。

<https://yurutuna.net/>

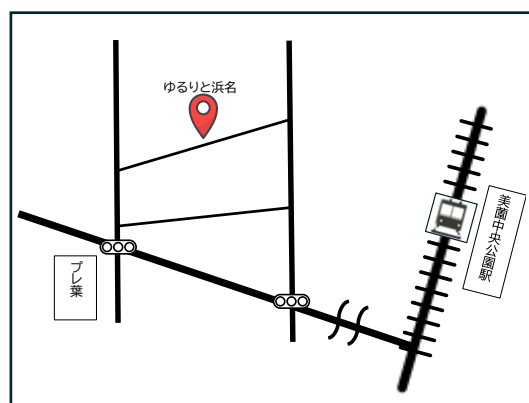


【場所】コミュニティスペース和楽^{わらく}

住所: 〒434-0031 浜松市浜名区小林390「やね清」隣
和楽建物前に駐車場あり

プレ葉ウォークから徒歩 5 分

美園中央公園駅から徒歩 15 分



【主催】浜松市ひきこもり地域支援センター



『浜松市ひきこもり地域支援センター』は、浜松市精神保健福祉センター（市）と、ひきこもりサポートセンターこだま（委託先: NPO 法人遠州精神保健福祉をすすめる市民の会）とが、官民協働で運営しています。

①浜松市精神保健福祉センター

〒430-0929 浜松市中央区中央1丁目12-1 県浜松総合庁舎 4 階

TEL: 053-457-2709

②ひきこもりサポートセンターこだま

〒430-0929 浜松市中央区中央1丁目13-3 ウィスティリア E-one3F

TEL: 053-453-8744

