

おしらせ

【12/14（月）開催】

こもりびよりフェス ～こころがいちばんラクな距離で～

「話さなくても、いい。いるだけで、いい。」をテーマに、誰もが**安心できる居場所**を考えるイベントを「あざれあ」を会場に Zoom やメタバースで同時開催します。※スマートフォンから匿名・アバター参加も歓迎です。

不登校経験のある「深海魚」のお笑いライブ、当事者や家族代表、専門家による対談のほか、県内の居場所メニューを一挙にご紹介します。



新しくなった支援の道しるべ「ひきこもり支援ハンドブック」をご存じですか？

国が作成した新しい支援のガイドブックでは、これまでの支援のあり方が大きく見直されました。

一番のポイントは、目指すゴールが「働いて自立すること」から、本人らしく生きる『**自律**』へと変わった点です。無理に社会に合わせるのではなく、本人が「これからどう生きたいか」「どう社会と関わりたいか」という意思を何よりも大切にしています。

また、支援者側の都合ではなく、常に「当事者（本人）が主役」の視点に立ち、本人のペースに寄り添うことが示されました。一步を踏み出すための「**安心できる居場所**」をつくり、本人やご家族が望む歩みを共に支えていくことが、これからの優しい支援の形です。

静岡県ひきこもり支援センターでも、この新しい視点を大切に、皆様の『**自分らしい一歩**』を応援してまいります。まずは、お気軽にお気持ちを聞かせてください。



静岡県ひきこもり支援センターだより

〒422-8031 静岡県静岡市駿河区有明町2-20
静岡総合庁舎 別館4階
静岡県精神保健福祉センター内

相談専用電話 054-286-9219

<https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/shogaifukushi/seishinhoken/1004161/1033822.html>

※ひきこもり支援センターだよりのバックナンバーは精神保健福祉センターHP内



ごあいさつ

皆様、こんにちは。今年度、静岡県精神保健福祉センター所長に就任いたしました新里馨（しんさとかおり）です。私はこれまで聖明病院（依存症専門精神科病院）やがん医療における心のケアなど、精神保健医療の現場で様々な生きづらさを抱える方々や御家族に寄り添ってまいりました。この経験を活かし、皆様が安心して一步を踏み出せるよう尽力してまいります。

近年、ひきこもりをめぐる状況は大きく変化しています。厚生労働省の新たな指針でも、期間を限定せず、年齢や背景を問わない柔軟な支援が求められています。こうした多様なニーズに対し、従来の相談や居場所づくりに加え、オンラインやICT技術の積極的な活用も必要です。

特にメタバースをはじめとするデジタル技術の活用は、自宅にしながら自分のペースで他者とつながり、社会参加を目指す「新しい居場所」として大きな可能性を秘めており、当センターでは現在、事業化に向けて具体的な取組を進めております。また将来的には、AI等の先端技術が支援の可能性を広げる一助になり得ることも考えられます。これら新たな可能性にも関心を持ち、柔軟な選択肢を広げてまいります。

支援のゴールは一つではありません。本人や御家族の「自律」に合わせ伴走いたします。一人で抱え込まず、まずは当センターへお気軽に御相談ください。温かい対面支援と先進的アプローチの双方から、共に歩んでまいりましょう。

静岡県精神保健福祉センター 所長 新里 馨

県ひきこもりコーディネーターが在駐している県ひきこもり支援センター

相談専用電話窓口（精神保健福祉センター）



電話番号 **054-286-9219**
 受付時間 10時～12時、13時～15時
 月曜日から金曜日
 （土日祝日及び年末年始を除く）

コーディネーター



杉田 (すぎた) 柴崎 (しばさき)



情報提供

相談先がお分かりにならない場合は、こちらにご相談ください。支援機関に関する情報提供や、県内7か所の健康福祉センターでの来所相談についてご案内いたします。

賀茂・熱海・東部・御殿場・富士地区（各健康福祉センター）



コーディネーター



担当地区
 東部圏域（沼津市、裾野市、長泉町、清水町）、
 賀茂圏域、御殿場圏域



担当地区
 東部圏域（沼津市、三島市、伊豆市、伊豆の国市、函南町）、熱海圏域、富士圏域

健康福祉センター	来所相談 (予約制)	家族交流会
賀茂	毎月第2水曜日、随時	
熱海	奇数月第2金曜日 随時	
東部	随時（修善寺支所での相談も可能）	年6回 （偶数月）
御殿場	随時	奇数月 第3または 第4金曜日
富士	随時	

中部地区（中部健康福祉センター）



家族教室



（年1回）

相談専用電話からの紹介や、中部健康福祉センターに直接問合せのあったご相談について、電話相談や来所相談で対応しています。

家族教室は、ご本人への関わり方のヒントとなるような学習や、ご家族同士の交流の場にもなっています。



西部地区（西部健康福祉センター）



掛川支所や浜名分庁舎でも来所相談ができます。

家族教室



茶話会
 （月1回）

コーディネーター



高梨 (たかなし)

相談専用電話からの紹介や、西部健康福祉センターに直接問合せのあったご相談について、来所（予約制）・電話・必要に応じて訪問にて対応しています。ご相談には一緒に考える姿勢を大切にしています。

ご家族同士の交流の場として毎月第3火曜日に「茶話会」を開設しています。ご家族が孤立せず、ほっと安らげる場になるとよいと思っています。