

😊 相談できるのは？（相談者）

静岡市にお住まいで、
ひきこもりで悩んでいる人
やそのご家族など

自宅・自室から出られない、人と会うのが苦手などで、
概ね6カ月以上社会参加ができない状態が続いて悩んでいる人。

ひきこもりになるきっかけや状況は、一人ひとり様々です。その多くは自信が持てず、社会参加への行動を起こせていないことを、とても気にかけています。また、家族への負担に心苦しさを感じながら、自分の気持ちを理解して欲しい、という思いも抱えています。

そして、多くの家族も苦悩を抱えながら、本人の回復や立ち直りのためにと苦勞を重ねています。

現状として、ひきこもりの状態が長期化した場合には、本人や家族の自助努力だけでの解決は難しいケースが多くみられます。

「Dan Dan しずおか」は、
ひきこもりの専門相談窓口です。

●専門的な視点から、相談者一人ひとりの状態に合った支援を考え、一緒に話し合いながら進めていきます。

●その抱えている困難に寄り添い、少しでもおだやかな日常生活が送れるようお願いながら、相談者の声に耳を傾け、心を開いていただけるよう親身な対応を心がけます。

●「DanDanしずおか」での支援メニューを通して、相談者が他者とつながり、お互いに支え合う関係づくりを応援します。

😊 いつ相談できるの？（開設日時）

火～土曜日

9:00～17:00

（国民の祝日、年末年始を除く）

※開設日時は、南部図書館の開館日時と異なりますので、ご注意ください。なお、南部図書館の休館日と重なったときは、原則として電話での相談対応となります。

😊 どこにあるの？（開設場所）

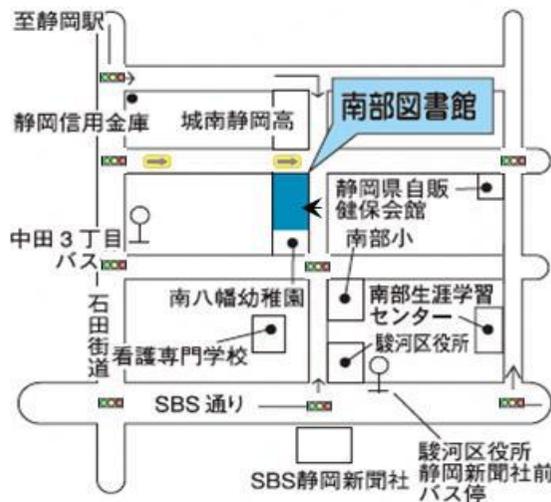
市立南部図書館 2階

※図書館の駐車場は、土日など混み合う場合がありますので、公共交通機関等の利用にご協力ください。

【バス】（JR静岡駅南口発）

石田街道線「中田三丁目」下車 徒歩5分

みなみ線「駿河区役所・静岡新聞社前」下車 徒歩5分



静岡市ひきこもり地域支援センター

DanDanしずおか

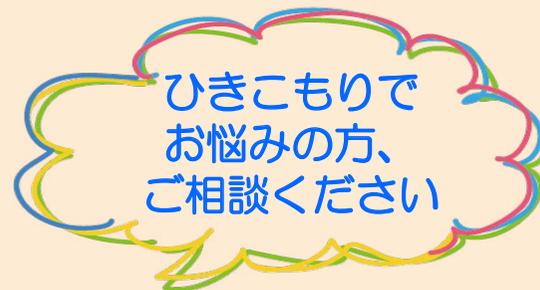
〒422-8074

静岡市駿河区南八幡町3番1号

静岡市立南部図書館2階

TEL 054-260-7755

FAX 054-260-7470



静岡市
ひきこもり地域
支援センター

だん だん
Dan Dan
しずおか

Dawn of a new Day for anyone.

専用ダイヤル
☎054-260-7755

相談は無料です。
（事前予約制）
秘密は厳守いたします。



だん だん
Dan Dan
しずおか
支援メニュー

相談は予約制です。臨床心理士などの「ひきこもり支援コーディネーター」が相談をお受けし、状態や状況に応じて、支援のコーディネートを進めていきます。

また、面接相談を中心に、相談者（本人や家族 など）にふさわしい支援や関わり方を一緒に考えていくために、現在の様子や状況、経過などをおかがいしていきます。

(原則 1 時間以内)
なお、遠方で面談が難しいなどの事情によっては、電話相談も可能です。

**面接相談
電話相談**



**居場所
提供**



ご本人が自宅・自室以外の場所で、安心して過ごし、他者とのふれあいを経験することができるよう支援します。会場は、DanDanしずおかの活動室がメインです。

**まずは、
お電話ください。**

☎054-260-7755

連携

地域の関係機関と連携を図りながら、相談者とともに、「だんだん」と社会参加に向けての糸口を探ります。

**訪問
支援**



面接相談などを通じて、本人の状態やその周囲の状況、本人の承諾などを確認した上で、自宅への訪問支援を行います。また、必要に応じて、関係機関や相談窓口などへの同行支援を行います。

**家族
教室**



ひきこもりの悩みを抱えるご家族を対象とした家族教室を開催します。ひきこもりについての理解を深めたり、支援に必要な基礎知識を学んだり、グループワークや家族同士の交流などを行います。

**講座
講演会**



ひきこもり支援の現状を多くの市民に知っていただけるよう、講座や講演会を開催します。