

◎ひきこもり関連情報

◆各市町ひきこもり相談窓口

| 相談窓口名称 |                    | 電話番号         | 受付時間  |
|--------|--------------------|--------------|---|
| 金沢市    | 駅西福祉健康センター         | 076-234-5103 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)<br>【予約相談】第1・3木曜日 13:30～15:30                   |
|        | 泉野福祉健康センター         | 076-242-1131 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)<br>【予約相談】第2・4火曜日 13:30～15:30                   |
|        | 元町福祉健康センター         | 076-251-0200 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)<br>【予約相談】第2火曜日 13:30～15:30<br>第4水曜日 9:00～11:00 |
| 七尾市    | 福祉課                | 0767-53-8418 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 小松市    | くらしあんしん相談センター      | 0761-24-8070 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 輪島市    | 福祉課                | 0768-23-1161 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 珠洲市    | 福祉課(生活支援係)         | 0768-82-7748 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 健康増進センター           | 0768-82-7742 |   |
| 加賀市    | 相談支援課              | 0761-72-7851 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 羽咋市    | 健康福祉課              | 0767-22-3939 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| かほく市   | 健康福祉課(障害福祉係)       | 076-283-7120 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 障害者相談支援センター「あおぞら」  | 076-283-8890 |   |
| 白山市    | 福祉総合調整室            | 076-274-9526 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | いきいき健康課(健康センター松任)  | 076-274-2155 |   |
| 能美市    | 根上あんしん相談センター(根上地区) | 0761-55-5626 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 寺井あんしん相談センター(寺井地区) | 0761-58-6117 |   |
|        | 辰口あんしん相談センター(辰口地区) | 0761-51-7771 |   |
| 野々市市   | 福祉総務課              | 076-227-6063 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 川北町    | 福祉課                | 076-277-8388 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 津幡町    | 地域包括支援センター         | 076-288-7952 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 内灘町    | 福祉課                | 076-286-6703 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
| 志賀町    | 健康福祉課(保健福祉センター)    | 0767-32-0339 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 健康福祉課(福祉係)         | 0767-32-9131 |   |
| 宝達志水町  | 健康福祉課(健康づくり推進室)    | 0767-23-4545 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 健康福祉課(福祉係)         | 0767-28-5506 |   |
| 中能登町   | 長寿福祉課              | 0767-72-3135 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 健康福祉課子育て支援室        | 0767-72-3134 |   |
|        | 学校教育課              | 0767-76-2808 |   |
| 穴水町    | 子育て健康課             | 0768-52-3589 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |
|        | 住民福祉課              | 0768-52-3640 |   |
| 能登町    | 健康福祉課              | 0768-62-8515 | 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)  |

## ◆民間団体

| 名称                                     | 開催日・時間  | 活動内容   | 対象                           | 連絡先等   |
|--|---|--|------------------------------|--|
| 就労支縁ソルトバンク(加賀市大聖寺南町35-7)               | 毎週火曜・金曜日<br>9:00~12:00                                | 就労準備、軽作業   | 本人                           |  |
| しえあはうす百笑(加賀市大聖寺南町35-7)                 | 毎日  | シェアハウスで共同生活  | 本人                           | 070-5633-2667(林)<br>dekunobodo@<br>yahoo.co.jp   |
| KHJいしかわ いまここ親の会(加賀市山中温泉上野町98-2)        | 毎週火曜・金曜日<br>9:00~12:00                                | 相談(家族、本人)  | 本人、家族                        |  |
| 相談支援事業所こまつ(社福)こまつ育成会(小松市)              | 月~金曜日<br>※年末年始・祝日除く<br>8:30~17:15                     | 相談支援   | 本人・家族<br>関係機関等               | 0761-48-5780   |
| でんでん虫ネットワーク<br>でんでん虫ネットワーク(小松市)        | 毎月第2日曜日<br>13:30~16:00                                | 親のグループカウンセリング・就労支援                                     | 本人・親                         | 090-9769-3931(土田)  |
| (社福)なごみの郷相談支援センターはまかぜ                  | 月~金曜日<br>9:00~17:30<br>土日祝日除く                         | 家族相談・調整<br>本人相談・支援                                     |                              | 0761-48-7630<br>(堂前、金谷)  |
| (社福)なごみの郷能美地域活動センターはまかぜ                | 月~金曜日<br>9:00~16:00<br>土日祝日除く                         | 内職・印刷作業、余暇等、就労支援、相談支援                                  |                              | 0761-58-0753(高田)   |
| (社福)なごみの郷のみワークポートリンク(就労準備支援事業)         | 月~金曜日<br>9:00~17:00<br>土日祝日除く                         | 就労支援、相談支援  | 本人・家族・親族・<br>関係機関            | 070-8800-0005(高田)<br>n.rinku@nagomi-no-<br>sato.or.jp  |
| (社福)なごみの郷居場所「Port」                     | 金・土曜日<br>9:00~16:00<br>※祝日除く                          | 居場所、余暇、イベント企画・相談支援                                     |                              | Instagram:<br><a href="https://www.instagram.com/port_nomi/">https://www.instagram.com/port_nomi/</a>  |
| (社福)泰耀相談支援センターたいようアウトリーチ支援事業所CLUE(クルー) | 月~金曜日<br>9:00~12:00又は<br>13:00~17:00<br>のいずれか         | 家族面談<br>家庭訪問による本人への支援<br>ひきこもり相談会・研修会の開催等              | 本人・家族・親族・<br>関係機関等           | 090-8967-5787(桑原)<br>outreach@idagroupde.com   |
| ワンネススクール<br>NPO法人ワンネススクール(金沢市久安5丁目8)   | 月~金曜日<br>10:00~16:00                                  | ・学習支援<br>・就労支援<br>・シェアハウス、寮・親の会                        | 本人・家族からの相談可能<br>(時間については応相談) | 076-259-5359(FAX)<br>info@oneness-school.org<br>Line公式@vih4010d  |
| KHJ全国ひきこもり家族会連合会北陸会<br>KHJ北陸会(金沢市)     | 毎月第2日曜日<br>10:30~12:00<br>当事者の会<br>13:00~16:00<br>親の会 | 悩みの話し合いを通して<br>支えあい、学習会等で親の学びを進める                      | 当事者・家族・<br>支援者の方             | 076-252-4856<br>(代表)<br>090-9760-2135<br>(事務局18:00以降)  |
| つなぐ会花園                                 | 第2・4土曜日<br>12:00~16:00                                | ・居場所・交流<br>・遊び企画<br>・アルバイト<br>・個別相談・訪問支援<br>・各種団体との繋がり | 本人・家族・各種支援団体                 | 050-3196-2727(吉本)<br>ホームページ<br><a href="http://tunagukai.com">http://tunagukai.com</a><br>ブログ <a href="https://ameblo.jp/tunagukai-h">https://ameblo.jp/tunagukai-h</a><br>(参加費300円) |

| 名称<br>実施者<br>(所在地)                         | 開催日・時間   | 活動内容   | 対象                      | 連絡先等  |
|--|--|--|-------------------------|---|
| あすなろ親の会<br>あすなろ親の会<br>(金沢市)                | 不定期  | 講演会及び勉強会   | ひきこもりの子をもつ親             | 090-7085-6842(氏家)   |
| おーぷんはうす<br>おーぷんはうす<br>(金沢市)                | 原則毎月<br>第4土曜日<br>14:00~  | 同じような体験を持つ親と子どもの居場所                                | 不登校・ひきこもりなどの本人・親        | 090-4253-8995(多田)<br>090-9764-2402(小林)  |
| ゆったりお茶の会<br>ゆったりお茶の会<br>(金沢市)              | 第1・3金曜日<br>14:00~17:00   | 同じような体験を持つ親と子どもの居場所                                | 不登校・ひきこもりの本人・家族         | 076-241-3953(小林)  |
| みんなの居場所<br>たっちゃんカフェ<br>みんなの居場所<br>たっちゃんカフェ | 第1・3月曜日<br>(祝日も可)<br>14:00~17:00<br>年末年始除く                         | 当事者、<br>家族の居場所提供                                   | 本人・家族・関係者               | 参加希望の場合は必ず事前にご連絡下さい<br>090-2037-6963<br>tachimori0608@gmail.com<br>(参加費300円)                    |
| とまり木<br>~心のサロン~<br>内灘町<br>社会福祉協議会<br>(内灘町) | 第2・4土曜日<br>14:00~16:00   | 集まって自由に話をする場                                       | 本人・家族(町外の方の利用も可)、関心のある方 | 076-286-6953<br>080-7652-3400(藤田)<br>fujita@uchisyakyo.jp                                       |
| 不登校の子どもと<br>寄り添うサロン<br>フリースクール青空           | 第3土曜日<br>14:00~16:00<br><br>参加費:500円                               |  |                         |   |
| 当事者団体「ヒーリング・コア・とまり木」<br>ヒーリング・コア・とまり木(内灘町) | 不定期開催  | 当事者及び内灘町社会福祉協議会による出前講座、相談会                         | 本人及び家族、地域住民(町外の方の利用も可)  |   |
| “生きづらさ”相談会<br>ヒーリング・コア・とまり木(内灘町)           | 第3日曜日<br>13:00~15:00<br>場所:ウエルシア薬局内灘店ウエルカフェ                        | 当事者及び内灘町社会福祉協議会による相談会                              | 本人及び家族、地域住民(町外の方の利用も可)  |   |
| 津幡町不登校を考える親の会ホットミルク<br>津幡町不登校を考える親の会ホットミルク | 基本第2土曜日<br>13:00~16:00<br>(変更の場合もあるので、ホームページ・フェイスブックを確認してください)     | 同じような悩みを抱えた親同士の情報交換や集いの場。年1~2回研修会や講演会、交流会を開催。      | 本人・家族(町外の方の利用も可)        | ホームページ<br>hotmilk-tsubata.<br>mystrikingly.com<br><br>フェイスブック<br>@hotmilk.tsubata<br>(当日参加OK)   |
| 応援サポートハウス<br>おばちゃんち<br>(宝達志水町小川3-78)       | 毎週水曜日傾聴サロン<br>10:00~12:00<br>第4土曜日 茶話会<br>13:00~15:00<br>※個別相談は応相談 | カウンセリング・相談・居場所・家族会・勉強会等                            | 本人・家族・支援者(町外の方の利用も可)    | 0767-23-4451<br>ホームページ:<br>https://obachan.sitoo-tunagu.com<br>Mail:obachanthi@sitoo-tunagu.com |
| 居ばしょ食堂<br>(七尾市南藤橋子-64-4)                   | 平日9時~17時<br>(土日祝休み)  | 居場所(遊び場)の提供、昼食の提供、学習スペースの提供・支援、訪問支援、保護者向け相談、母子家庭支援 | 本人・家族・各種支援団体            | 0767-58-5873<br>公式LINE(@zam9358b)、<br>Instagram(@ibasyosyoku)                                   |

| 名称<br>実施者<br>(所在地)               | 開催日・時間                                      | 活動内容                                   | 対象             | 連絡先等  |
|----------------------------------|---|--|----------------|---|
| 「オルタナティブスクールひなたぼっこ」七尾市小丸山台3-13-2 | 時間: 月・火・木<br>(9:00~17:00)                   | 体験学習支援・学習支援                            | 本人・家族・関係者      | 0767-57-5950<br>(ひなたぼっこ)<br>090-6272-9299(滝澤) |
| 「ひなたぼっこよろず相談所」七尾市小丸山台3-13-2      | 毎週水曜日(予約制)                                  | 来所相談・訪問相談                              | 本人・家族・関係者・地域の方 |   |
| 内浦クラブ                            | 3カ月に1回<br>※不定期開催<br>毎月1回                    | 情報交換、交流会など                             | 本人・家族・支援者      | 0768-62-8515<br>(健康福祉課福祉係)                    |
| 珠洲カフェ                            | 第2または第3<br>土曜日<br>通常10時~14時<br>(日時・場所の変更あり) | 同じ体験を持つ方との出<br>会いや情報交換、各種団<br>体との交流会など | 本人・家族・支援者      | 090-9760-2135(本間)<br>SMSでの問合せも可               |
| 珠洲カフェ(珠州市)                       |   |  |                |   |

◆公的な相談機関

| 名称・所在地                 | 開催日・時間   | 活動内容  | 対象   | 連絡先等         |
|------------------------|--|---|--|--------------|
| 石川県南加賀保健福祉センター(小松市)    |  |   |  |              |
| こころの健康相談<br>(ひきこもりを含む) | 毎月第2金曜日、第3水曜日<br>14:00~17:00<br>第3火曜日<br>12:45~14:15 | 専門医による面接相談<br>(要予約)                               | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者  | 0761-22-0796 |
| 精神保健福祉相談<br>(ひきこもりを含む) | 月曜~金曜日<br>8:30~17:45                                 | 電話相談・来所相談(予<br>約制)                                | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者  |              |
| ひきこもり当事者グ<br>ループ活動     | 毎月第3金曜日<br>13:30~15:30                               | ひきこもり当事者のグ<br>ループ活動(メンバーの<br>話し合いによって活動内<br>容を決定) | 18歳以上のひきこもり<br>状態の方(参加に関し<br>てはお問い合わせくだ<br>さい)               |              |
| ひきこもり家族教室              | お問い合わせ下さい  | ひきこもりに関する理解、<br>対応等の講義                            | ひきこもりの子ども<br>を持つ家族   |              |
| 石川県石川中央保健福祉センター(白山市)   |  |   |  |              |
| こころの健康相談<br>(ひきこもりを含む) | 毎月第1~4<br>水曜日<br>14:00~16:00                         | 専門医による面接相談<br>(要予約)                               | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者  | 076-275-2250 |
| 精神保健福祉相談<br>(ひきこもりを含む) | 月曜~金曜日<br>8:30~17:45                                 | 電話相談・来所相談(予<br>約制)                                | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者  |              |
| ひきこもり家族交流<br>会         | 毎月第2金曜日<br>14:00~15:30                               | 座談会、学習会、個別相<br>談                                  | ひきこもりで悩んで<br>いる家族等   |              |
| 駅西福祉健康センター(金沢市)        |  |   |  |              |
| ひきこもり相談                | 第1・3木曜日<br>13:30~15:30<br>(予約制)                      | 保健師によるひきこもり<br>に関する個別相談                           | 金沢市内にお住いの<br>ひきこもりの問題で悩<br>みを感じている、概ね<br>18~64歳の本人及び<br>その家族 | 076-234-5103 |
| 泉野福祉健康センター(金沢市)        |  |   |  |              |
| ひきこもり相談                | 第2・4火曜日<br>13:30~15:30<br>(予約制)                      | 保健師によるひきこもり<br>に関する個別相談                           | 金沢市内にお住いの<br>ひきこもりの問題で悩<br>みを感じている、概ね<br>18~64歳の本人及び<br>その家族 | 076-242-1131 |
| 元町福祉健康センター(金沢市)        |  |   |  |              |
| ひきこもり相談                | 第2火曜日<br>13:30~15:30<br>第4水曜日<br>9:00~11:00<br>(予約制) | 保健師によるひきこもり<br>に関する個別相談                           | 金沢市内にお住いの<br>ひきこもりの問題で悩<br>みを感じている、概ね<br>18~64歳の本人及び<br>その家族 | 076-251-0200 |

| 名称・所在地                        | 開催日・時間  | 活動内容  | 対象  | 連絡先等         |
|-------------------------------|---|---|---|--------------|
| 石川県石川中央保健福祉センター河北地域センター(津幡町)  |   |   |   |              |
| こころの健康相談<br>(ひきこもりを含む)        | 毎月第4金曜日<br>15:00~17:00  | 専門医による面接相談<br>(要予約)                               | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                                       | 076-275-2250 |
| ひきこもり家族交流会                    | 奇数月第3金曜日<br>14:00~15:30   | 座談会、学習会、個別相<br>談(要予約)                             | ひきこもりで悩んで<br>いる家族等  |              |
| 石川県能登中部保健福祉センター(七尾市)          |   |   |   |              |
| 精神保健福祉相談<br>(ひきこもりを含む)        | 月曜~金曜日<br>8:30~17:45  | 電話相談・来所相談(予<br>約制)                                | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                                       | 0767-53-6894 |
| ひきこもり当事者グ<br>ループ(青年期グ<br>ループ) | 月1回 第4火曜日<br>9:30~11:30   | ひきこもり当事者のグ<br>ループ活動(メンバーの<br>話し合いによって活動内<br>容を決定) | 概ね15歳以上のひ<br>きこもり状態の方<br>(参加に関してはお<br>問い合わせ下さい)           |              |
| ひきこもり家族交流<br>会                | 月1回 第2水曜日<br>14:00~16:00  | 家族同士の交流会  | ひきこもりで悩んで<br>いる家族   |              |
| 石川県能登北部保健福祉センター(輪島市)          |   |   |   |              |
| こころの健康相談<br>(ひきこもりを含む)        | 第2木曜日<br>9:00~9:50<br>(能登北部HC会場)<br>第3木曜日<br>15:00~17:00<br>(珠洲地域C会場) | 専門医による面接相談<br>(要予約)                               | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                                       |              |
| 精神保健福祉相談<br>(ひきこもりを含む)        | 月曜~金曜日<br>8:30~17:45  | 電話相談・来所相談(予<br>約制)、必要に応じて訪<br>問                   | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                                       |              |
| ひきこもり当事者グ<br>ループ(当事者の集<br>い)  | 月1回 第2木曜日<br>13:30~16:00  | ひきこもり当事者のグ<br>ループ活動(メンバーの<br>話し合いによって活動内<br>容を決定) | 概ね15歳~40歳代<br>までのひきこもり状<br>態の方(参加に関し<br>てはお問い合わせく<br>ださい) |              |
| ひきこもり家族教室                     | お問い合わせくださ<br>い  | ひきこもりに関する理<br>解や対応等の講座、家族交<br>流(詳細はお問い合わ<br>せ下さい) | ひきこもりで悩んで<br>いる家族等  |              |

| 名称・所在地   | 開催日・時間                 | 活動内容                                  | 対象                                      | 連絡先等   |
|--|------------------------|---------------------------------------|---|--|
| 石川県ひきこもり地域支援センター(石川県こころの健康センター 内)                |                        |                                       |   |  |
| 精神保健福祉相談<br>(ひきこもりを含む)                           | 月曜～金曜日<br>8:30～17:15   | 電話相談・来所相談(予約制)                        | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                     | 076-238-5750   |
| ひきこもり当事者グループ(悠友クラブ)                              | 毎週木曜日<br>13:30～15:30   | ひきこもり当事者のグループ活動(メンバーの話し合いによって活動内容を決定) | 概ね18歳以上のひきこもり状態の方<br>(参加に関してはお問い合わせ下さい) |  |
| ひきこもり家族交流会                                       | 年5回、土曜日<br>13:30～15:30 | 家族用テキストを用いたワークと分かち合い                  | 当センターに相談している家族のみ                        |  |
| 能登ひきこもり地域支援センター(医療法人松原会 ピアサポート北のと内)              |                        |                                       |   |  |
| ひきこもりに関する相談                                      | 月曜～金曜日<br>9:00～17:00   | 電話相談・来所相談(予約制)・訪問支援                   | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                     | 鳳珠郡穴水町字川島347<br>番地1<br>0768-52-0305<br>pia-kitanoto<br>@forest.ocn.ne.jp |
| 加賀ひきこもり地域支援センター(社会福祉法人長久福祉会 暮らし・しごと応援センターはるかぜ 内) |                        |                                       |   |  |
| ひきこもりに関する相談                                      | 月曜～金曜日<br>9:00～17:00   | 電話相談・来所相談(予約制)・訪問支援                   | ひきこもり当事者、<br>家族、関係者                     | 加賀市幸町2丁目60番地<br>0761-76-5750<br>kagacenter<br>@chokyuhukushi.jp          |