



ひきこもりに関する相談窓口

郡上市版
R 8年1月現在

ひきこもりのことで悩むご本人やご家族等が相談できるところがあります。相談はすべて無料です。どの機関も、相談内容や相談者のご希望により、専門の相談機関を紹介・関係機関と連携しながら寄り添った支援を行っています。あなたの不安や心配を少しお話しくるところから始めてみませんか。

相談機関名	日時、内容等	所在地、問い合わせ先
郡上市健康福祉部 健康課	■健康相談（保健師による相談 電話・面接）面接は要予約 日時：月～金曜日 8:30～17:15 祝日・年末年始除く ■臨床心理士等による相談 日時：毎週月曜日（要予約、祝日・年末年始除く）	<大和保健福祉センター やまつじ> 郡上市大和町徳永 618 TEL 0575-88-4511
郡上市健康福祉部 社会福祉課 基幹相談支援センター	■生活保護や困窮などの相談（面接） ■障がいに関する相談 日時：月～金曜日 8:30～17:15 祝日・年末年始除く	<市役所> 郡上市八幡町島谷 228 TEL 0575-67-1811
NPO法人 結び場	■社会福祉士、精神保健福祉士が相談に応じます。家庭訪問も可能です。 ①心のサポート ②社会参加・就労支援 ③地域との連携 ④学習支援 ⑤障がい者の自立支援 ⑥家族の集い（毎月第4木曜日午後） 日時：年中無休 8:30～17:30	郡上市八幡町城南町 266-15 TEL 0575-67-0651 E-mail : musubiba3030@yahoo.co.jp
NPO法人 生活支援ネット ・ぐじょう	■障がいをお持ちの方、ご家族、地域の方々の悩み、困り事等の相談窓口です。 日時：月～金曜日 9:00～17:00 祝日・年末年始除く	郡上市大和町徳永 368-1 TEL 0575-88-2219 携帯 090-4117-5212 E-mail : siennetgujo@yahoo.co.jp
地域生活支援センター すいせい	■医療・生活相談：精神保健福祉士による相談。 ＊来所での相談や家庭訪問、ご家族の相談も応じます。 ＊来所による登録が必要です。	郡上市美並町白山 847-1 TEL 0575-79-2304
社会福祉法人 郡上市社会福祉 協議会 ふくし相談支援 センター	■心配ごと相談 ■生活の不安や困りごとの相談 日時：月～金曜日 9:00～17:00 祝日・年末年始除く 会場：各地域（電話予約時に相談します） ＊生活の不安や困りごとの心配ごと相談 ＊社会や就労へのつながりに向けた相談支援	郡上市大和町徳永 585 大和庁舎 2階 TEL 0575-88-9988
岐阜県 若者サポート ステーション	■無業状態の若者（15～49歳まで）の社会的・職業的自立を目指す若者のための総合相談窓口です。各種サークル活動もあります。（ご家族の相談も可） <郡上サテライト> 日時：毎週火曜日 10:00～17:00 （要予約） ※オンライン相談も可。 本所での相談もあります。	<郡上サテライト> 郡上市大和町徳永 585 大和庁舎 3階会議室 TEL 058-216-0125 E-mail: gifusapo@sus-sup.org ※予約は本所（岐阜市）受付

<裏面につづきます>

相談機関名	日時、内容等	所在地、問い合わせ先
岐阜県 保健所 	<p>■精神科医によるこころの健康相談（市内巡回） 日時：原則毎月第3金曜日 13:20～15:00 要予約 詳細は、「広報郡上」にも掲載 会場：八幡、大和、白鳥地域の保健センター</p> <p>■法律とこころの相談会 (弁護士と臨床心理士による相談) 要予約 日時：令和8年3月5日（木）13:00～16:00 会場：中濃総合庁舎</p>	<中濃総合庁舎> 美濃市生檍 1612 TEL 0575-33-4011 (内線 363)
岐阜県ひきこもり 地域支援センター (岐阜県精神保健福祉センター)	<p>■電話相談（祝日・年末年始除く） 日時：月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00</p> <p>■面接相談（要予約） 日時：月・水・木・金の9:00～16:00</p>	岐阜市鷺山向井 2563-18 TEL 058-231-9724

SNS 相談

もしもあなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、
気軽に相談できる場所があります。

SNS による相談窓口を紹介します。



<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

生きづらびっと	<p>あなたのつらい気持ちを安心して話していただくことができる相談窓口です。</p> <ul style="list-style-type: none"> 相談方法：LINE・Facebook・チャット・メール 電話相談（#いのち SOS）の受付は毎日 24 時間 0120-061-338（フリーダイヤル・無料） 	NPO 法人自殺対策支援センター ライリンク 
あなたのいばしょチャット相談	<p>24 時間 365 日、年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で相談できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> 方法：チャット（毎日 24 時間） 	NPO 法人あなたのいばしょ 
こころのほっとチャット～SNS 相談～	<p>年齢・性別を問わず相談に応じます。</p> <ul style="list-style-type: none"> 方法：LINE・Facebook・チャット 電話相談（こころのほっとライン）もあります 050-5491-9824（通話料は利用者負担） 	NPO 法人東京メンタルヘルス・スクエア 
10代 20代の女性のための LINE 相談（BOND プロジェクト）	<p>10代 20代の女の子のための女性による支援、相談窓口です。</p> <ul style="list-style-type: none"> 方法：LINE・メール 電話での相談もあります 080-9501-5220（通話料は利用者負担） 	NPO 法人 BOND プロジェクト 

【お問合せ先】郡上市健康福祉部健康課（大和保健福祉センターやまつじ） Tel0575-88-4511

