



## ひきこもりに関する各種相談 本人及び家族の相談窓口です 相談無料 鶴岡市にお住まいの方対象

- ・学校に行けなくなった
  - ・視線が気になって外出できない
  - ・自分の部屋から出るのが怖い
  - ・人とうまく付き合えない
- などお困りの方は、ご相談ください。

特定非営利活動法人 <sup>いちほ</sup> 一歩

【専用電話】 24-1819

月曜日～金曜日 10時～17時

【メール】 hukinotou70@gmail.com

鶴岡市陽光町18-24

- ・収入が少なくなった
  - ・支払いが滞っている
  - ・働くことが出来ない など
- 生活の困りごとの相談を受け、自立に向けた支援を一緒に考えます。

鶴岡地域生活自立支援センター  
くらしステーション

【電話】 29-1729

【メール】 tsk\_ziritu@shk01.jp

市役所1階

鶴岡市馬場町9-25



お困りごとをお聞かせください。  
一緒に考え解決のお手伝いをします。

発達障害などで、得意・不得意があったり、コミュニケーションが苦手など、困りごとは十人十色。

就職は一般就労のほか、障害者雇用枠を利用する方法もあります。

鶴岡市障害者相談支援センターにこころ

【電話】 25-2794

総合保健福祉センター にこ♥ふる2階

鶴岡市泉町5-30

- ・卒業、進学、就職はしたけれど、途中で社会参加していない

- ・自宅中心の生活をしているなど

お困りの方はご相談ください。

鶴岡市健康課(若者ひきこもり相談・予約制)

毎週金曜日 ①13:15～ ②14:30～

【電話】 35-0156 (直通)

総合保健福祉センター にこ♥ふる1階

鶴岡市泉町5-30