

ふれあいの里 総合相談支援センターニュース 13

えしこに 「ひきこもりの理解と支援セミナー（全5回）」のご案内

ひきこもりとは・・・

長期間(6か月以上)にわたって自宅にひきこもって学校や会社に行けない、家族以外の人との関わりがない(時には家族との関りもない)など、社会に参加しない状態が長く続いている状態のことです。その程度や様子はさまざまで、原因は、家族関係、病気、挫折体験などに限らず、単純なことではありません。誰にでも、どの家庭にでも起こり得ることです。

総合相談「えしこに」は
ひきこもりの相談窓口です

米子市の総合相談支援センター「えしこに」では、ひきこもりに悩むご本人やご家族の他、近所の方や支援機関など、ご本人が困っているのではないかと気が付いたすべての方からの相談を受け付けています。

ご本人やご家族の辛さが少しでも軽くなり、生きがいのある安心した暮らしが整うように、一緒に考えます。

総合相談支援センター えしこに
〈ひきこもりの相談 ホームページ〉
<https://www.city.yonago.lg.jp/41844.htm>



■日時:13:00～14:20 講師の話と質疑応答
14:20～16:00 交流会/個別相談会

※下記の日程すべてに共通

■会場:ふれあいの里4階中会議室1・2(米子市錦町1丁目139番地3)

■対象:ひきこもり・不登校状態にある当事者、家族、支援者他関心のある方どなたでも

■参加費無料・申し込み不要

第1回 令和8年7月23日(木)

テーマ:ひきこもり・不登校の基礎理解(理解促進と啓発)
講 師:鳥取県精神保健福祉センター
所長 原田 豊氏

第2回 令和8年9月11日(金)

テーマ:とっとりひきこもり生活支援センターについて
講 師:西部ひきこもり生活支援センター
相談員 北農 佳苗氏

第3回 令和8年11月6日(金)

テーマ:義務教育終了後の不登校、ひきこもり傾向の若者支援の場
講 師:西部ハートフルスペース
教育支援員 田中 朗博氏

第4回 令和9年1月12日(火)

テーマ:若者(15～49歳)の「働きたい」を応援
講 師:若者サポートステーション
相談員 松本 弘一氏

第5回 令和9年2月16日(火)

テーマ:生活に困らないお金の話
講 師:株式会社ラフデッサン
代表取締役 ファイナンシャルプランナー 木村 美紀氏



ひきこもりに関する「えしこに」での相談ケースを裏面でご紹介しています。

えしこに (ふれあいの里総合相談支援センター)

米子市福祉保健部福祉政策課

☎ 0859-21-8428

【住所】〒683-0811

鳥取県米子市錦町1-139-3 (ふれあいの里2階)

【メール】furesato@city.yonago.lg.jp



バスでお越しの場合

〔米子駅より〕

- だんだんバス(ループバス)乗車
ふれあいの里(敷地内)で下車
- 一般路線バス(イオン線・産業体育館線等)乗車
公会堂前で下車後、徒歩5分

JRでお越しの場合

JR米子駅からJR境港線に乗り、富士見町駅で下車後、徒歩5分



「えしこに」はどんな相談を受けているの？

シリーズで「えしこに」の相談内容を一部ご紹介します。

(個人情報の保護のため、特定できないよう内容を加工しています。)

今回は、おもて面でご紹介した「ひきこもり」にまつわるケースをご紹介します。

CASE.1

【相談者は？】 自治会長



【だれのことで？】 近所の50代男性 単身者

【困りごとは？】 もともとひきこもりがちだったが、2年前に父母が亡くなってからは全く姿が見えなくなり買い物もしている気配がない。どうやって生活しているのか心配です。

えしこにの対応

自治会長と自宅訪問。県外に住む姉が光熱費や食料品を手配、支出を管理していることがわかりました。放置していた年金免除申請など必要な手続きと一緒に整理。自治会長や市内に住む親族が散髪の同行や声掛け、現金の引き出し等できる範囲で手分けし、見守りや支援をする体制が整えられた。

CASE.2

【相談者は？】 姉



【だれのことで？】 30代男性 父母と同居

【困りごとは？】 中学生の頃から不登校で、社会参加することなく、自宅で過ごしていた。親も高齢になり、親が亡くなった後一人で生活ができるのか、今からできることはないか相談したい。

えしこにの対応

ご本人のペースに合わせて面接を重ねました。少しでも不安が軽くなるように病院受診を一緒にしたところ、障がい者手帳の取得ができる状態であることがわかりました。少しずつ社会参加の意欲がみられるようになり、ボランティア活動の場に出かけるようになりました。

CASE.3

【相談者は？】 父親



【だれのことで？】 10代女性

【困りごとは？】 高校を中退してからひきこもっている。何かアルバイトでもいいので働いてほしい。外出時に人の視線を恐れている様子があり、受診も勧めているが、行きたがらない。

えしこにの対応

ご本人とは会えない状況のため、家族との面談を通してご本人の健康状態や気持ちの変化を見守り、病院受診のタイミングやご家庭で工夫できることなどを一緒に考えていくことを話し合いました。家族との面接を続けています。

ひきこもり状態が長期になると、ご本人もご家族も親戚や近所とも交流をしにくくなり、相談することの意義も見えず孤立しがちになることがあります。何か変化があった時も、何も変化が見えなくても、焦らず、時には休憩しながら、一緒に考えていきましょう。



◆ ◆ ◆ どうぞお気軽にご相談ください ◆ ◆ ◆

Interview

一日家でのおんびり過ごすとしたら…？

スタッフのつづやき

釣り道具のメンテナンス (まつ)

少しこだわった料理を作ります (ささ)

好きなマンガを読み返す (のぐ)

ドラマの一気見 (はし)

本を読み、昼寝をする ♪ (かわ)

テレビゲームで頭の体操 (だて)

断捨離!! (ひぐ)

未知なる音楽をサブスクで探す (ひろ)

昼寝で大掃除する夢♡ (ふじ)

