

浜松市ひきこもり地域支援センター サテライト事業所 ゆるりと浜名

※令和 7 年(2025年)4 月から開設場所が変更します



浜松市ひきこもり地域支援センターは、平成21年からひきこもり支援を行っています。

令和 6 年(2024 年)6 月、浜松市北部地域の支援を拡充するため、ひきこもり地域支援センターサテライト事業所「ゆるりと浜名」を開設しました。令和 7 年度は下記の場所で開設します。

移転後もサポートセンターこだまと、家族会の「てくてく」と一緒に、ご本人の相談はもちろん、ご家族の支援も行っています。



コミュニティスペース和樂

住所:浜松市浜名区小林 390

「やね清」隣

「和樂」建物前に駐車場あり

プレ葉ウォークから徒歩 5 分

美蘭中央公園駅から徒歩 15 分



【開所日】

第 1・3 水曜

10:00~12:00 個別相談(こだま)

13:00~16:00 交流スペース(こだま)

第 2・4 土曜

10:00~12:00 家族の茶話会(てくてく)

13:00~17:00 個別相談(てくてく)

【運営協力】NPO 法人てくてく

ひきこもり、不登校の当事者及びその家族の会です。2011 年発足。26 家族の会員が参加しています(2022 年現在)。毎月 1 回の定例会や学習会、週数回のファーム作業を通し、会員のこころと体の回復を助け、孤立を防ぎます。会員が安心できる居場所(プラットフォーム)づくりを目指しています。

〒432-8054 浜松市中央区田尻町 208-2 TEL:090-1416-6224



【主催】浜松市ひきこもり地域支援センター

『浜松市ひきこもり地域支援センター』は、浜松市精神保健福祉センター(市)と、ひきこもりサポートセンターこだま(委託先:NPO 法人遠州精神保健福祉をすすめる市民の会)とが、官民協働で運営しています。

①浜松市精神保健福祉センター

〒430-0929 浜松市中央区中央 1 丁目 12-1 県浜松総合庁舎 4 階

TEL:053-457-2709

②ひきこもりサポートセンターこだま

〒430-0929 浜松市中央区中央 1 丁目 13-3 ウィスティリア E-one3F

TEL:053-453-8744



相談・参加の流れ



当事者の交流スペース

ご本人のペースに合わせて、少人数で楽しく過ごします。利用者さん達のご希望に応じてボードゲームなども用意します。

第1・3水曜 13:00~16:00

<対象>

外出はできるようになったけど人とのコミュニケーションは苦手、日常生活のリズムを整えたい、外出先がないと再びひきこもってしまう、などの困りごとを抱えている方
(スタッフ:こだま)

相談方法①・②でお問い合わせください



個別相談（予約制）

ご本人・ご家族等のお話を伺いながら、状況の整理に努めます。

相談では、ご本人の気持ちの確認や、ご本人に対する適切な関わりについてご家族と一緒に考えていくなど、継続的に支援をしています。(スタッフ:水曜こだま・土曜てくてく)

第1・3水曜 10:00~12:00

第2・4土曜 13:00~17:00

相談方法②でお問い合わせください



家族の茶話会

予約不要で気軽に来られる、家族の茶話会です。日頃のちょっとした出来事や困りごと、思いなど一緒におしゃべりしませんか。(スタッフ:てくてく)

第2・4土曜 10:00~12:00

連絡先:てくてく TEL:090-1416-6224

相談方法①

かかりつけ医や、相談機関がある方は、相談員さんからこだまへ連絡してください。交流スペースは見学から始めます。初回は相談員さんが同行していただくと安心です。

連絡先:こだま

TEL 053-453-8744



相談方法②

ご家族・ご本人からお電話で相談はじめてのひきこもり相談はこちらへ

連絡先:浜松市精神保健福祉センター

TEL 053-457-2709



○浜松市ひきこもり地域支援センターは、精神保健福祉センターとこだまが協働で相談を受け付けています。上記にお電話いただくと、センターが一度状況をお伺いし、予約制の個別相談につなげます。

相談員と話をしていく中で、交流スペースをご案内したり、状況に応じて医療や福祉などの関係機関とも連携したりしながら、ご本人に適した支援を考えていきます。

