



# ひとりで抱えず 話してみませんか？

子ども・若者・ひきこもり相談窓口

問い合わせ 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4113）

## こんな悩み事はありませんか？



市では、このような悩み事に関する相談窓口を開設しています。

誰かに話すことで気持ちが軽くなったり、解決の糸口が見つかることもあります。本人や家族だけで悩みや不安を抱え込んだり、「こんなこと相談してもいいのかな」などと考えすぎず、右の各窓口にご相談してください。

## ヤングテレホン相談

社会生活や交友関係、家族に関することなど、子ども・若者が抱えるさまざまな相談ができる窓口です。相談員が課題解決の方法を一緒に考えます。

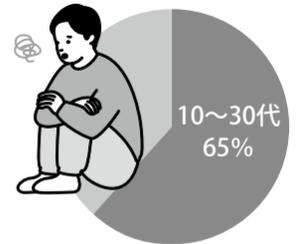
対象：小学生からおおむね39歳までの人とその保護者や家族（匿名で相談できます）  
相談方法：電話（☎22・8349）、Eメール（✉wakamono-soudan@keisei-kai.jp）  
受付時間：平日9時～17時30分（年末年始を除く）  
場所：西6条南6丁目3、ソネビル2階

## ひきこもり相談

ひきこもりとは「仕事や学校へ行かず、家族以外とほとんど交流せずに6カ月以上自宅にひきこもっている状態」をいいます。市では今年5月に「帯広市ひきこもり支援ステーションゆっくりん」を開設し、専門の職員が相談対応や支援を行っています。

また、ひきこもりの状態にある人が利用できる「居場所」を9月に開設します。詳細は市ホームページを確認するか、下記へ問い合わせください。

令和5年度、帯広市で受けた相談のうちひきこもり当事者の6割は10～30代



### 「居場所」ってどんなところ？

- ・社会とつながる第一歩として利用できる、ひきこもりの状態にある人が安心して過ごすことができる場所
- ・開設時間中は自由に入出りできる
- ・一人でただゆっくり過ごしたり、必要時は職員に相談することができる

対象：ひきこもりの状態にある市民とその家族  
相談方法：電話（☎67・6121）、Eメール（✉yukkurin@smail.plala.or.jp）  
受付時間：平日9時～17時30分（年末年始を除く）  
場所：西6条南6丁目3、ソネビル2階



市ホームページ ID.1016890

## 子どもの発達にお悩みはありませんか？



# 「こども発達相談室」

問い合わせ 子育て支援課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9700）

## こんな悩みはありませんか？

- ・歩き始めが遅い
- ・集団行動がとりにくい
- ・落ち着きがない
- ・よく忘れ物、なくしものをする
- ・かんしゃくがひどい
- ・友だちとうまく遊べない
- ・会話になりにくい
- ・障害のある子が過ごせる場所はどこ？ など

### ●こども発達相談室とは

子育てには悩みがつきものですが、発達に心配のある子どもの中には、日常生活でもつまづきやすさを生じる子どもがいます。

「こども発達相談室」では、発達に関する相談や保護者の悩みに寄り添ったサポートを行っています。臨床心理士・理学療法士・保育士などの資格を持つ相談員が対応しています。

ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

令和5年度の相談件数 延べ738件

対象 市内在住の18歳までの子どもとその家族  
時間 平日8時45分～17時30分（年末年始を除く）  
場所 保健福祉センター1階 子育て支援課内

### ●相談方法

電話や来所で相談することができます。まずは、電話で問い合わせください。



## どんな相談ができるの？

### 相談事例



Q 2歳6カ月の子どもが、「ワンワン」「ブーブ」など、単語しか話しません。

A アイコンタクトや、子どもが指さしたものを大人と一緒に見るなど、やりとりを楽しむことが言葉を育むベースになります。遠回りに感じるかもしれませんが、お子さんが「もっとやりたい！」「もう一回！」と感じるような遊びをしていくこともお勧めです。どんな遊びに興味を持つか、一緒に考えてみましょう。

Q 小学校6年生ですが、時間の見通しが持てず、遅刻することや、放課後の帰宅が遅いです。学校でも準備が遅れる姿があるようです。

A 本人が何に困っているのか、周囲の大人が理解することが大切です。その上で、家庭でできる工夫や、お子さんと話し合っ決めて決める約束はどんなことがあるかを考えていきます。また、学校生活での対応が必要になる場合もあるため、担任の先生などの意見も聞きながら進めていきましょう。

Q 医療的ケアが必要な子どもや障害のある子どもについて、自宅で生活を送る中での困り事があるときの相談先はどこですか？

A こども発達相談室（子育て支援課）にご相談ください。医療的ケア児や障害のあるお子さんのライフステージに応じた困り事や知りたい事について、一緒に考えます。例えば、退院して家での生活が始まる時や、保護者が復職を考えるとときには、一緒に準備をしていきます。また、同年代のお子さんと交流がしたい、福祉サービスなどについて知りたいなどの希望に応じて、必要な情報提供や支援者につなげます。