

これカラ ここカラ

話すことは

考えを整理することにもなります。

社会とのつながりかた

あなたのこれカラ

見つかるかもしれません。

一緒に考えます。

まずは、気軽に

聞きに来てください。



神戸ひきこもり支援室イメージキャラクター：これカラ

神戸ひきこもり支援室

平日：9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

神戸市中央区橘通3丁目4番1号 総合福祉センター1階



詳しくは
こちら



ひきこもり
当事者向け
ホームページを
公開中

KOBE
CITY of DESIGN

ご本人からだけでなく、ご家族からのご相談もお待ちしております。
お電話以外にも、メールやFAXでもご連絡を受け付けています。

TEL #8900

つながらない場合は
078-361-3521まで

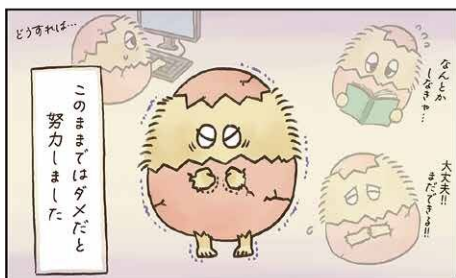
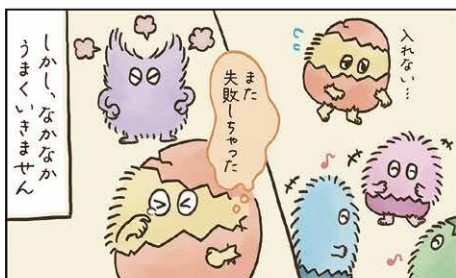
Mail hikikomori_shien@city.kobe.lg.jp FAX 078-361-2573

Eメール・FAXは24時間受け付けています。いつでもお好きな時間にお送りください。
お返事は平日9時から17時（祝日・年末年始除く）の間に相談員からお送りします。

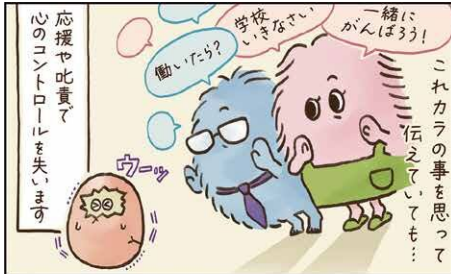
ひきこもりからの回復例

ひきこもりになった理由やその状態は人それぞれに異なっています。また、再び社会と関わるまでにかかる時間やプロセスも人それぞれです。ひきこもりからの回復の一例を4コマ漫画でご紹介します。

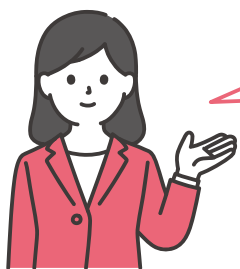
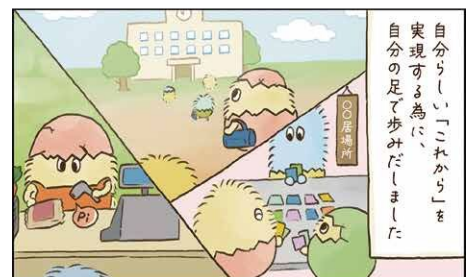
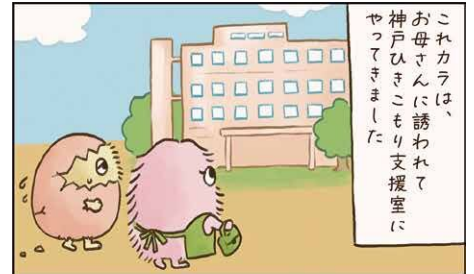
1. 力尽きたこれカラ



2. はじめてみよう家族にできること

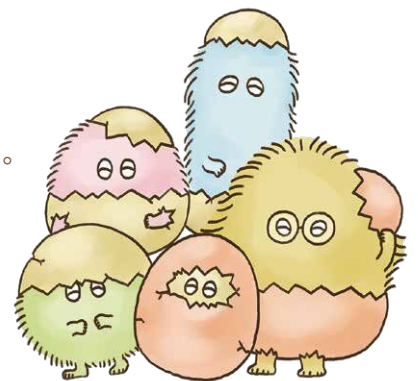


3. 聞きにいい自分のこれカラ



ひきこもりご本人へ

どんなところか見るだけ、聞くだけでも構いません。話したい内容がまとまっていなくても大丈夫です。何から始めることができるか、一緒に考えてみませんか。



神戸ひきこもり支援室

平日:9:00~17:00(祝日・年末年始を除く)
神戸市中央区橘通3丁目4番1号 総合福祉センター1階

TEL #8900

Mail hikikomori_shien@city.kobe.lg.jp FAX 078-361-2573

つながらない場合は
078-361-3521まで