



不登校ひきこもり社会資源ガイドブック(ダイジェスト版)

ガイドブックをご覧になる方へ

「何でひきこもったかわからない…」 「今、どうしたいのかわからない…」

これは、ひきこもり悩む子ども若者の声です。
進む道が見つからず動けなくなった様子がよくわかります。

子ども若者が社会に背を向ける。
そこには声にできない悲しみと失望があります。

「何が悪かったのか？」と自分を責めた方もおられるでしょう。
「いったいどうしたいのか？」と困惑された方も多くでしょう。

このガイドブックは、苦しむ子ども若者と同じように困惑している皆さんが
ひとりで悩まず、多くの支える人々とつながることを目指し作りました。

互いに緩やかなつながりを持ち、経験と知恵を共有すること。
彼らが助けを求めた時、応えられる環境を整えること。
声にできない想いを受け止められること。

子ども若者を支える皆さんにとって
このガイドブックがお役に立つことを心から願っています。

長崎県ひきこもり地域支援センター
(長崎県ひきこもり支援連絡協議会ガイドブック作成部会)

不登校・ひきこもりの課題で困ったことはありませんか？

地域の関係機関に **相談** してみませんか？



ケース会議



教育センター
適応指導教室

保健室の先生
スクールカウンセラー

不登校のまま元気がない時

復学を希望しない時

不登校のまま退学・卒業する時

家族・親が自責の念が強い

発達障害や精神疾患を疑う時

経済的事情・生活困窮

家庭環境・ネグレクト



公的な相談窓口
(保健所・市町など)

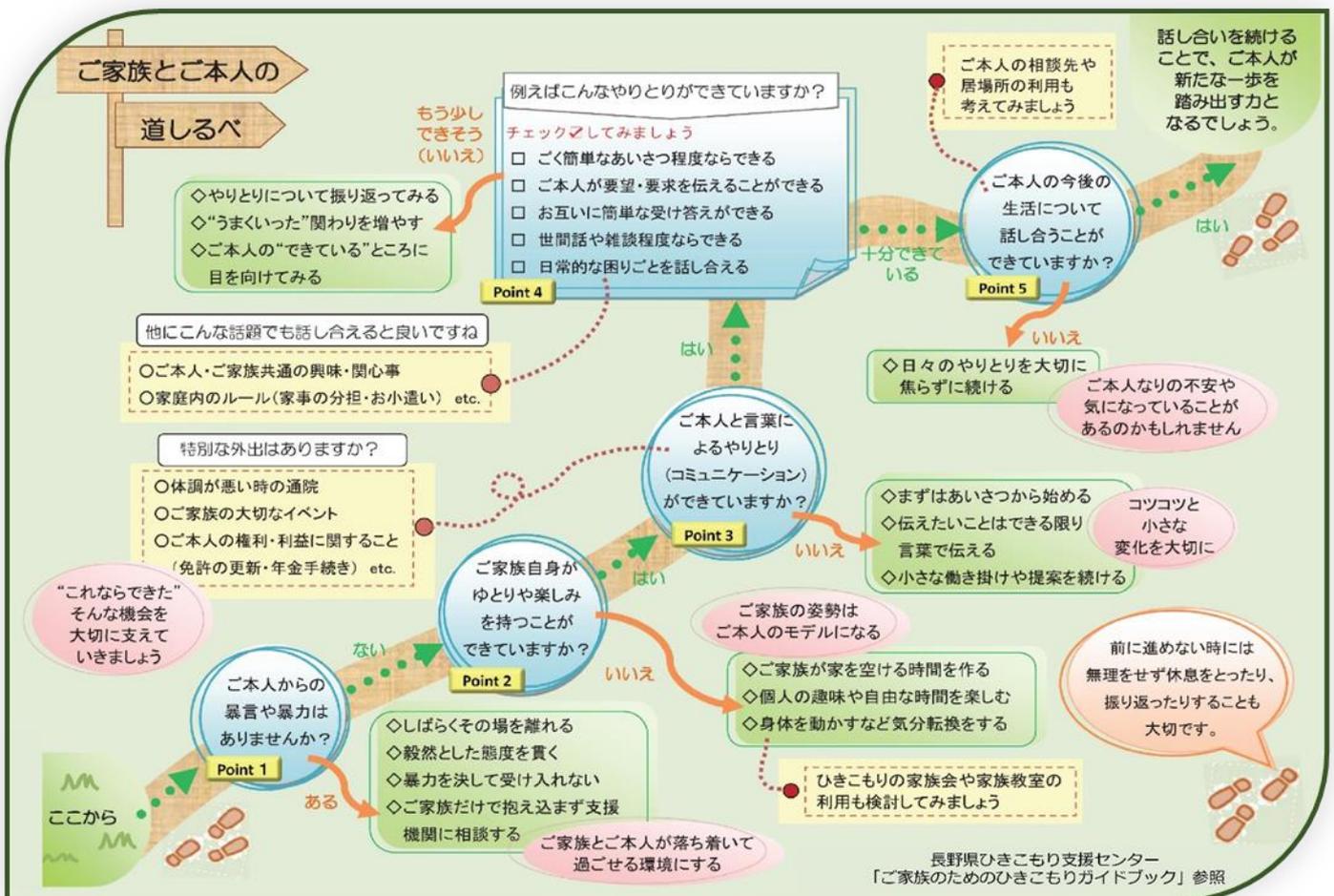


精神科などの医療機関



NPO 法人などの民間団体

支援展開の一例（ご家族やご本人と今の状況を確認してみましょう）



県内のひきこもり支援機関・団体の相談窓口(所在地)

長崎・西彼地域

機関別	名称(所在地:全て長崎市)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	NPO法人心澄	○	○	○	○	△	095-807-4937
	ドリームカムホーム(夢 café ひまわり)	○	△	○	△	△	095-861-3400
	NPO 法人フリースクール クレイン・ハーバー	○	○	○	○	○	095-844-8899
	親の会たんぽぽ	○		○	○		095-829-2945
	リボン			○			095-829-2945
	不登校・ひきこもり情報誌「今日も私は生きてます。」編集部						
	不登校・ひきこもり支援～もくり～						
	学校法人第二岩永学園こころ未来専門学校	○					095-822-7733
	NPO法人全国ゆめ未来支援協会	○					095-818-4622
就労支援機関	トライ式高等学院・トライ式中等部長崎キャンパス	○	○	○	○	○	0120-919-439
	長崎若者サポートステーション	○	△	○	○	○	095-823-8248
	フレッシュワーク長崎					○	095-843-6640
公的機関	障害者就業・生活支援センターながさき					○	095-865-9790
	長崎障害者職業センター	○				○	095-844-3431
	子ども・若者総合相談センター ゆめおす	○					095-824-6325
	長崎市保健所	○	○		○		095-829-1153
	西彼保健所	○	○		○		095-856-5159
	長崎こども・女性・障害者支援センター	○		○	○		095-846-5115

県央地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	長崎県ひきこもり家族会「花たば」(諫早市)				○		0957-22-1951
	東彼地区障がい者支援センターエール(川棚町)	○	○	○		○	0956-27-7272
	みんなの居場所 ハートフリー(諫早市)			○	○		080-1732-8975
	ゆるゆるどころアーバ(諫早市)	○		○			090-1973-1960
就労支援機関	長崎人材活躍支援センター出張相談(大村市)					○	095-843-6640
	長崎障害者就業・生活支援センター(諫早市)					○	0957-35-4887
公的機関	県央保健所(諫早市)	○	○	○	○		0957-26-3306

県南地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	ぴあサポートうんぜん(雲仙市)	○	△	○	○		090-3419-4134
	ハチミツ倶楽部(南島原市)				○		0957-73-6654
就労支援機関	県南障害者就業・生活支援センターばれっと(島原市)					○	0957-73-9560
公的機関	県南保健所(島原市)	○	○		○		0957-62-3289

表の見方

○:主な支援活動として実施。△:状況に応じて対応する場合もあるため要相談



佐世保・県北地域

機関別	名称(所在地:全て長崎市)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	NPO法人フリースペースふきのとう(佐世保市)	○	△	○	○	△	0956-25-6222
	こもれび(佐々町)	○					0956-62-3782
	ワワワ親の会(江迎町)	○			○	○	
	不登校・ひきこもり支援団体「のんさん」(小佐々町)	○	○		○		0956-68-2043
	中里・皆瀬地区親の会(佐世保市)				○		
就労支援機関	若者サポートステーション佐世保	○	△	○	○	○	0956-25-3490
	長崎県人材活躍支援センター佐世保					○	0956-24-7431
	長崎県県北地域障害者就業・生活支援センター					○	0956-76-8225
公的機関	佐世保市保健所	○	○		○		0956-24-1111
	県北保健所	○	○				0950-57-3933

五島地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
就労支援機関	五島若者サポートステーション	○	△	○	○	○	0959-74-0235
公的機関	五島保健所	○	○				0959-72-3125

上五島地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	不登校・ひきこもり親の会「こもれび」				○		0959-52-4822
公的機関	上五島保健所	○	○				0959-42-1121

壱岐地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	はあと・プレイス(休止中)				○		
公的機関	壱岐保健所	○	○				0920-47-0260

対馬地域

機関別	名称(所在地)	相談	訪問	居場所	家族会/つどい	就労	連絡先
民間団体	フリースペースみちしるべ	○	△	○	△	△	080-1720-2382
公的機関	対馬保健所	○	○				0920-52-0166



医療（精神科など）

医療機関名	所在地	電話番号	医療機能情報									
			思春期外来	思春期入院	心理検査	発達障害の 診断・治療	カウンセリング	デイケア	往診	訪問看護	家族の自費相談	
長崎大学病院	長崎市坂本1丁目7-1	095-819-7294	○	○	○	○						
田川療養所	長崎市錦2丁目1-1	095-845-2188	○	○	○			○	○	○	○	○
日見中央病院	長崎市芒塚町22-3	095-838-2760			○			○	○			○
医療法人厚生会 道ノ尾病院	長崎市虹が丘町1-1	095-856-1111	○	○	○	○		○	○			
医療法人協治会 杠葉病院	長崎市三和町413	095-878-3734			○	○					○	○
医療法人光仁会 光仁会病院	長崎市三原3丁目643	095-844-3456						○	○		○	○
医療法人清潮会 三和中央病院	長崎市布巻町165-1	095-898-7511		○	○	○		○				
ゆずクリニック	長崎市鍛冶屋町2-11 銀嶺ビル3F	095-822-3415	○		○	○		○				
医療法人 すがさ きクリニック	長崎市銅座町4-14 青 木ビル4F	095-820-1162			○	○		○				
MOMO クリニック	長崎市勝山町10番1 プライムM勝山ビル 2F	095-824-6748			○	○		○				○
医療法人厚生会 みちのおメンタル クリニック	長崎市松山町3-94 松 尾ビル4F	095-844-3030			○	○		○	○	○	○	○
ふくしま クリニック	長崎市宝町5-21 朝長 ビル1F	095-847-5777	○		○	○		○				
医療法人輔萩会 佐藤クリニック	長崎市若葉町10-7	095-847-1566	○		○			○				○
心療内科 新クリニック	長崎市若葉町 16-11-2F	095-848-7867	○		○	○		○				



医療機関名	所在地	電話番号	医療機能情報								
			思春期外来	思春期入院	心理検査	発達障害の 診断・治療	カウンセリング	デイケア	往診	訪問看護	家族の自費相談
真珠園療養所	西海市西彼町八木原郷 3453-1	0959-28-0038			○		○	○			
サザンこころのクリニック	西彼杵郡時津町久留里郷新開 1446	095-881-7339				○					○
もとやま心のクリニック	西彼杵郡長与町高田郷 47	095-856-3033			○		○				
西海病院	佐世保市権常寺町 1500	0956-38-3156					○	○			
医療法人陽明会 宮原病院	佐世保市藤原町 46-5	0956-31-9151			○	○	○				○



教育相談

機関名	支援内容	利用時間	電話番号	所在地
長崎県教育センター	24 時間子供 SOS ダイアル (親子ホットライン)	年中無休 24 時間	0120-0-78310	大村市
	適応指導教室	月・水・金 10:00~15:00 (5月~2月)	0957-52-9241	
	来所相談 (教育相談)	月~金 10:00~16:00		
長崎市教育研究所	相談	月~金 9:00~17:00	095-825-2932	長崎市
	適応指導教室		095-824-4814	
	学校や関係機関と連携した支援		0120-556-275	
佐世保市青少年教育センター 学校適応指導教室 「あすなる教室」 「サテライトあすなる教室」	教育相談	月~金 9:00~17:00	0956-22-0781	佐世保市
	適応指導教室	月~金 9:30~14:30	0956-22-0077	
ひまわり教室	適応指導教室	月~金 9:30~15:30	0957-68-5472	島原市
諫早市少年センター	教育相談	月~金 9:30~15:00	0957-24-3737	諫早市
	適応指導教室		0120-37-0537	
	学校に対する相談支援			
大村市学校適応指導教室 「あおば学級」	適応指導教室	月~金 10:00~15:00	0957-54-2100	大村市
大村市小・中学生 サポートルーム 「CONNE」		月~木 10:00~15:00	0957-53-0876	
		金 10:00~12:00		
大村市親の会「わたげ」	保護者支援・相談	奇数月第1金曜日 19:00~20:30	0957-53-4111	
平戸市教育委員会	適応指導教室	月~金 9:00~15:00	0950-22-9212	平戸市



機関名	支援内容	利用時間	電話番号	所在地
松浦市教育委員会 学校教育課	適応指導教室	月～金 8:30～16:30	0956-72-3015	松浦市
	相談			
壱岐市教育支援教室 ネットワーク (i ネット)	相談	月～金 9:00～17:00	0920-45-1224 0920-45-3722 (SSW 相談)	壱岐市
五島市適応指導教室 「たけのこ」	適応指導教室	月～金 9:30～15:30	0959-74-3383	五島市
	相談			
西海市教育委員会	適応指導教室	月～金 9:15～15:30	0959-37-0078 0959-37-0148	西海市
雲仙市「親子ホットライン」	教育相談	月～金 8:30～17:00	0120-967947 0957-37-3117	雲仙市
児童生徒サポートセンター 事業	訪問指導	月～金 8:30～17:00	0957-37-3113	
	教育相談			
南島原市適応指導教室	適応指導教室	月～金	0957-72 - 2210	南島原市
長与町学校適応指導教室 「いぶき」	適応指導教室	月・火・木・金 9:30～12:30	090-3324-3131	長与町
時津町教育委員会学校教育課 時津町学校教育相談電話	教育相談	月～金 9:00～17:00	0120-81-1890 080-3520-1532	時津町
東彼杵町教育委員会	教育相談	月～金 8:30～17:15	0957-46-0353	東彼杵町
親と子の教育相談室	教育相談	月～金 9:00～17:00	0956-85-2034	波佐見町
佐々町教育委員会	教育相談	月～金 10:00～16:00	0956-62-2128	佐々町
新上五島町教育委員会	教育相談	月～金 9:00～17:00	0959-54-1982	新上五島町



県内の公的な相談機関

機関名	電話番号	受付・利用時間	主な内容
長崎市保健所(地域保健課)	地域保健課 095-829-1153 精神相談室 095-829-1311	月～金(祝日・年末年始を除く)8:45～17:30	精神保健に関する相談対応・訪問支援を行っております。家族教室の開催も実施しております。
佐世保市障がい福祉課	0956-24-1111	月～金(祝日・年末年始を除く)8:30～17:15	18歳以上65歳までの方を対象としたひきこもりに関する相談窓口です。
佐世保市子ども子育て応援センター			18歳までのお子さんを対象とした総合相談窓口です。
長崎県子ども・若者総合相談センターゆめおす	095-824-6325	月・火・水・金・土 10:00～18:00(開所時間) 10:00～22:00(電話相談) *土曜のみ10:00～18:00	来所・電話・FAX・メールでの各種相談受けています。 *メール・FAXは24時間受付。
長崎県発達障害者支援センターしおさい	0957-22-1802	月～金(祝日・年末年始を除く)9:00～17:00	発達障害を有する本人や家族に関係機関と連携して支援を行います。

ひきこもり地域支援センター



ひきこもりの方、ご家族の相談を電話・来所にて受付しております。相談無料。長崎県の各保健所に設置されています。

電話相談・来所相談(※来所相談は事前予約が必要です。)月～金(祝日・年末年始除く) 9:00～17:45

長崎子ども・女性・障害者支援センター 095-846-5115

西彼保健所

(西海市/長与町/時津町)

095-856-5159

県央保健所

(諫早市/大村市)
(東彼杵町/川棚町/波佐見町)

0957-26-3306

県南保健所

(島原市/雲仙市/南島原市)

0957-62-3289

県北保健所

(平戸市/松浦市/佐々町)

0950-57-3933

五島保健所

(五島市)

0959-72-3125

上五島保健所

(新上五島町/小値賀町)

0959-42-1121

壱岐保健所

(壱岐市)

0920-47-0260

対馬保健所

(対馬市)

0920-52-0166

詳しいガイドブック内容は…

『長崎県ひきこもり地域支援センター』を検索