

😊 相談できるのは？（相談者）

静岡市にお住まいで、
ひきこもりで悩んでいる人や
そのご家族など

自宅・自室から出られない、人と会うのが苦手などで、
概ね6カ月以上社会参加ができない状態が続いて悩んで
いる人など。

ひきこもりになるきっかけや状況は、一人ひとり
様々です。その多くは自信が持てず、社会参加への
行動を起こせていないことを、とても気にかけてい
ます。また、家族への負担に心苦しさを感しながら、
自分の気持ちを理解して欲しいという思いも抱いて
います。

そして、多くの家族も苦悩を抱えながら、本人の
回復や立ち直りのためにと苦労を重ねています。

現状として、ひきこもりの状態が長期化した場合
には、本人や家族の自助努力だけでの解決は難しい
ケースが多くみられます。

「Dan Dan しずおか」は、
ひきこもりの専門相談窓口です。

● 専門的な視点から、相談者一人ひとりの
状態に合った支援を考え、一緒に話し合い
ながら進めていきます。

● その抱えている困難に寄り添い、少しでも
おだやかな日常生活が送れるようお願いながら、
相談者の声に耳を傾け、心を開いていただけ
るよう親身な対応を心がけます。

● 「DanDanしずおか」での支援メニューを
通して、相談者が他者とつながり、お互いに
支え合う関係づくりを応援します。

😊 いつ相談できるの？（開設日時）

火～土曜日
9:00～17:00
（国民の祝日、年末年始を除く）

※開設日時は、南部図書館の開館日時と異なりますので、
ご注意ください。なお、南部図書館の休館日と重なった
ときは、原則として電話での相談対応となります。

😊 どこにあるの？（開設場所）

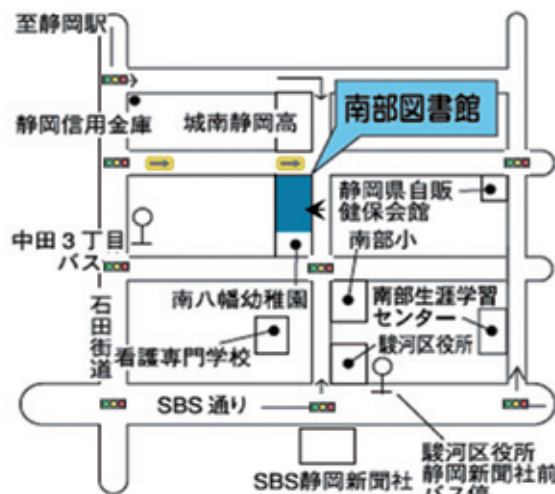
市立南部図書館 2階

※図書館の駐車場は、土日など混み合う場合があります
ので、公共交通機関等の利用にご協力ください。

【バス】（JR静岡駅南口発）

石田街道線「中田三丁目」下車 徒歩5分

みなみ線「駿河区役所・静岡新聞社前」下車 徒歩5分



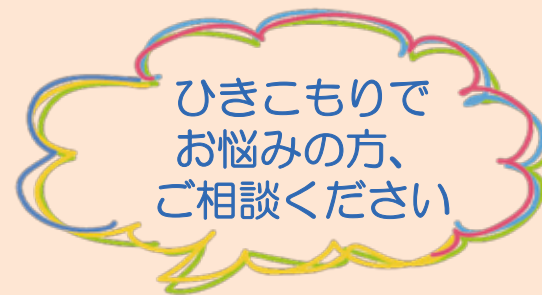
静岡市ひきこもり地域支援センター
DanDanしずおか

〒422-8074

静岡市駿河区南八幡町3番1号
静岡市立南部図書館2階

TEL 054-260-7755

FAX 054-260-7470



静岡市
ひきこもり地域
支援センター

だん だん
Dan Dan
しずおか

Dawn of a new Day for anyone.

専用ダイヤル
☎054-260-7755

相談は無料です。
（事前予約制）
秘密は厳守いたします。



だん だん
Dan Dan
しずおか
支援メニュー

ご本人が自宅・自室
以外の場所で、安心して
過ごし、他者とのふれあ
いを経験することができ
るよう支援します。会場
は、DanDanしずおかの
活動室がメインです。

**居場所
提供**



連携

地域の関係機関と
連携を図りながら、
相談者とともに、
「だんだん」と社会
参加に向けての
糸口を探ります。

**まずは、
お電話ください。**

☎054-260-7755

**家族
教室**



ひきこもりの悩みを抱
えるご家族を対象とした家
族教室を開催します。ひきこ
もりについての理解を深めたり、
支援に必要な基礎知識
を学んだり、グループワーク
や家族同士の交流などを
行います。

**講座
講演会**



ひきこもり支援の
現状を多くの市民
に知っていただける
よう、講座や講演会
を開催します。

**面接相談
電話相談**



相談は予約制です。臨床心理士など
の「ひきこもり支援コーディネーター」が
相談をお受けし、状態や状況に応じて、
支援のコーディネートを進めていきます。

また、面接相談を中心に、相談者
(本人や家族など)にふさわし
い支援や関わり方を一緒に考
えていくために、現在の様子
や状況、経過などをおうか
がいていきます。

(原則1時間以内)

なお、遠方で面談が難し
いなどの事情によっては、
電話相談も可能です。

**訪問
支援**



面接相談など
を通じて、本人の状
態やその周囲の状況、本
人の承諾などを確認した
上で、自宅への訪問支援
を行います。また、必要に
応じて、関係機関や相談
窓口などへの同行支
援を行います。