

墨田区のお知らせ

No.2104

2024年
(令和6年)

4/21

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2面 …… 小型充電式電池の拠点回収等

2～4面 …… 講座・教室・催し・募集

ひと、つながる。
墨田区SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

墨田区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

発行：墨田区(広報広聴担当) ☎5608-1111代表 〒130-8640墨田区吾妻橋一丁目23番20号

<https://www.city.sumida.lg.jp/>

あなたの

生きづらさ

相談してみませんか？

ひきこもっているけど
誰かに話を
聞いてほしい何となく不安
人と関わるのが怖い人と交流する
居場所がほしいひきこもり相談窓口“すみ家”
キャラクター「しまりん」

区では、昨年4月に「ひきこもり相談窓口“すみ家”」を開設しました。ひきこもりで悩んでいる方や家族からの相談を受け止め、相談者が望む解決に向けた伴走支援を行います。今号では「ひきこもり相談窓口“すみ家”」への相談方法や、支援員などをご紹介します。

[問合せ] 厚生課生活支援・相談支援担当 ☎5608-8517

★ひきこもり相談窓口“すみ家”への相談方法★

電話相談

☎080-9817-4740

受け付けは月曜日～金曜日の正午～午後6時！



メール相談

✉ps-support@kame.co.jp

3開庁日以内に返信！

公認心理師等で構成された
チームで伴走支援します！

家族会

家族や公認心理師等の関係者が集まって交流する

オープンダイアログ(開かれた対話)の手法を活用！



出張対面相談

各地域福祉プラットフォームの支援窓口で相談する

週1回開催！専門相談員が対応！

上記詳細は「ひきこもり支援サイト
“すみ家”」をご覧ください！

不安でもいい。迷ってもいい。
私たちはその葛藤の傍にいます。ここはみんなの「すみ家」。
不安や迷いがすみ渡る。みんなの心のよりどころ。

女子高校生バーチャルチューター
「つきみ＆だんご」とのコラボレーションが実現！！
新企画！つきだんラジオ

だんごが始めたお昼休みの校内放送。それを聞いた校長に呼び出されたつきみ。元ひきこもりとして、素直な本音を話してみたいんだって。どんな本音が飛び出すの・・・！？「誰も皆、何か抱えて生きてるじゃん？」「分かってほしい」「分かってあげたい」の気持ちが交差して、墨田区の優しい気持ちがつくる、つきだんラジオ。

★ひきこもり相談窓口“すみ家”支援員の紹介★

様々なタイプの支援員が皆さんからの
ご相談をお待ちしています！

オオユリさん

経験専門家
寄り添いタイプ

オオユリさんは、過去にいじめによるひきこもりを経験し、社会復帰に向けて頑張っている支援員です。最近外に出られるようになったばかりの「生々しいひきこもりの声」を皆さんに届けたり、ひきこもりの方とほかの支援員の間に「気持ちの通訳」をしたりしています。自分の気持ちを言葉にして伝えられない方、ひきこもりの方が何を思っているか知りたい方にお勧めです。



ミヤザワさん

パワー
気遣えるタイプ

ヤリミズさん

絶対肯定・受容
ひらめきタイプ

ムラカミさん

人生の道案内
ナビゲーションタイプ

エスディーゼー
SDGsは、私たちがこの地球で暮らし続けていくために、2030年(令和12年)までに達成をめざす世界共通の17の目標です。1面に掲載する事業がめざす目標をアイコンでお知らせします。

3 すべての人に
健康と福祉を17 パートナリシップで
目標を達成しよう