

◎ひきこもり関連情報

◆各市町ひきこもり相談窓口

相談窓口名称		電話番号	受付時間
金沢市	駅西福祉健康センター	076-234-5103	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く) 【予約相談】第1・3木曜日 13:30～15:30
	泉野福祉健康センター	076-242-1131	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く) 【予約相談】第2・4火曜日 13:30～15:30
	元町福祉健康センター	076-251-0200	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く) 【予約相談】第2火曜日 13:30～15:30 第4水曜日 9:00～11:00
七尾市	福祉課	0767-53-8418	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
小松市	くらしあんしん相談センター	0761-24-8162	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日等除く)
輪島市	福祉課	0768-23-1161	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
珠洲市	福祉課(生活支援係)	0768-82-7748	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	健康増進センター	0768-82-7742	
加賀市	相談支援課	0761-72-1370	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
羽咋市	健康福祉課	0767-22-1115	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
かほく市	健康福祉課(障害福祉係)	076-283-7120	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	障害者基幹相談支援センター「あおぞら」	076-283-8890	
白山市	福祉総合調整室	076-274-9526	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	障害福祉課	076-274-9526	
	いきいき健康課(健康センター松任)	076-274-2155	
能美市	根上あんしん相談センター(根上地区)	0761-55-5626	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	寺井あんしん相談センター(寺井地区)	0761-58-6117	
	辰口あんしん相談センター(辰口地区)	0761-51-7771	
野々市市	福祉総務課	076-227-6061/6063	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
川北町	福祉課	076-277-8388	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
津幡町	福祉課	076-288-7952	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
内灘町	福祉課	076-286-6703	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
志賀町	健康福祉課(保健福祉センター)	0767-32-0339	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	健康福祉課(福祉係)	0767-32-9131	
宝達志水町	健康福祉課(健康づくり推進室)	0767-23-4545	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	健康福祉課(福祉係)	0767-28-5506	
中能登町	長寿福祉課	0767-72-3135	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	健康保険課こども家庭センター	0767-72-3932	
	学校教育課	0767-76-2808	
穴水町	子育て健康課	0768-52-3589	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)
	住民福祉課	0768-52-3650	
能登町	健康福祉課	0768-62-8515	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日等除く)

◆民間団体

名称 実施者 (所在地)	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
就労支援ソルトバンク(加賀市大聖寺南町チ35-7)	毎週火曜・金曜日 9:00~12:00	就労準備、軽作業	本人	
しえあはうす百笑(加賀市大聖寺南町チ35-7)	毎日	シェアハウスで共同生活	本人	070-5633-2667(林) dekunobodo@ yahoo.co.jp
HSP いまこ親の会(加賀市山中温泉上野町リ98-2)	毎週火曜・金曜日 9:00~12:00	相談(家族、本人)	本人、家族	
相談支援事業所こまつ(社福)こまつ育成会(小松市)	月~金曜日 ※年末年始・祝日除く 8:30~17:15	相談支援	本人・家族 関係機関等	0761-48-5780
相談支援センターなごみ(社福)なごみの郷(小松市)	月~金曜日 ※年末年始・祝日除く 9:00~17:00	ひきこもり相談支援	本人・家族、知人、 関係機関等	0761-23-7238
でんでん虫ネットワーク でんでん虫ネットワーク(小松市)	毎月第2日曜日 13:30~16:00	親のグループカウンセリング・就労支援	本人・親	090-9769-3931(土田)
(社福)なごみの郷相談支援センターなごみ(小松市)	月~金曜日 9:00~17:00 ※祝日除く	家族相談・調整 本人相談・支援		0761-23-7238 (西本、益本)
(社福)なごみの郷居場所「ハレマ」(小松市)	月~金曜日 10:00~16:00 ※一部土日開所日あり 祝日除く	居場所、余暇、イベント企画・相談支援		0761-41-5757(松本)
(社福)なごみの郷相談支援センターはまかぜ(能美市)	月~金曜日 9:00~17:00 ※祝日除く	家族相談・調整 本人相談・支援	本人・家族・親族・ 関係機関	0761-48-7630 (堂前、金谷)
(社福)なごみの郷のみワークポートりんく(能美市)	月~金曜日 9:00~17:00 ※祝日除く	就労準備支援、相談支援		070-8800-0005(高田) n.rinku@nagomi-no- sato.or.jp
(社福)なごみの郷居場所「Port」(能美市)	金・土曜日 9:00~16:00 ※祝日除く	居場所、余暇、イベント企画・相談支援		Instagram: https://www.instagram.com/ port_nomi/
(社福)泰耀相談支援センターたいようアウトリーチ支援事業所CLUE(クルー)	月~金曜日 9:00~12:00又は 13:00~17:00 のいずれか	家族面談 家庭訪問による本人への 支援 ひきこもり相談会・研修会 の開催等	本人・家族・親族・ 関係機関等	090-8967-5787(木田) outreach@idagroupde.com
ワンネススクール NPO法人ワンネス スクール(金沢市久安5丁目 8)	月~金曜日 10:00~16:00	・学習支援 ・就労支援 ・シェアハウス、寮・親の 会	本人・家族からの相 談可能 (時間については応 相談)	076-259-5359 info@oneness-school.org Line公式@vih4010d
KH北陸会 (Kは家族、考える、Hは ひきこもりの頭文字) KH北陸会(金沢市)	毎月第2日曜日 10:30~12:00 当事者の会 13:00~16:00 親の会	・ひきこもりの当事者同 士、家族同士が出会い、 話し合い、分かち合う会 です。 ・ひきこもりに関わる支援 者とも交流できる場所 です。	当事者・家族・ 支援者の方	090-9760-2135 (事務局電話は18:00以降) SMSメッセージは常時可
つなぐ会花園	第2・4土曜日 12:00~16:00	・居場所・交流 ・遊び企画 ・アルバイト ・個別相談・訪問支援 ・各種団体との繋がり	本人・家族・各種支 援団体	050-3196-2727(吉本) ホームページ http://tunagukai.com ブログ https://ameblo.jp/ tunagukai-h (参加費300円)

名称 実施者 (所在地)	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
おーぶんはうす おーぶんはうす (金沢市)	原則毎月 第4土曜日 14:00～	同じような体験を持つ親 と子どもの居場所	不登校・ひきこもり などの本人・親	090-4253-8995(多田) 090-9764-2402(小林)
ゆったりお茶の会 おーぶんはうす (金沢市)	第1・3金曜日 14:00～17:00	同じような体験を持つ親 と子どもの居場所	不登校・ひきこもり の本人・家族	076-241-3953(小林)
みんなの居場所 たっちゃんカフェ みんなの居場所 たっちゃんカフェ	第1・3月曜日 (祝日も可) 14:00～17:00 年末年始除く	当事者、 家族の居場所提供	本人・家族・関係者	参加希望の場合は必ず事 前にご連絡下さい tachimori0608@gmail.com (参加費300円)
とまり木 ～心のサロン～ 内灘町 社会福祉協議会 (内灘町)	第2・4土曜日 14:00～16:00 最終金曜日 18:30～20:00	集まって自由に話をする 場	本人・家族(町外の方 の利用も可)、関 心のある方	076-286-6953 080-7652-3400(藤田) fujita@uchisyakyo.jp
不登校の子どもと寄 り添うサロン フリースクール青空	第3土曜日 14:00～16:00 無料			
“生きづらさ”相談会 ヒーリング・コア・と まり木(内灘町)	第3日曜日 13:00～15:00 場所:ウエルシア薬 局内灘店ウエルカ フェ	当事者及び内灘町社会 福祉協議会による相談会	本人及び家族、地 域住民(町外の方 の利用も可)	
津幡町不登校を考 える親の会ホットミ ルク 津幡町不登校を考 える親の会ホットミ ルク	基本第2土曜日 13:00～16:00 (変更の場合もある ので、ホームページ・ フェイスブックを確認 してください)	同じような悩みを抱えた 親同士の情報交換や集 いの場。年1～2回研修 会や講演会、交流会を開 催。	本人・家族 (町外の方の利用も 可)	ホームページ hotmilk-tsubata. mystrikingly.com フェイスブック @hotmilk.tsubata (当日参加OK)

名称	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
実施者 (所在地)				
応援サポートハウス おばちゃんち (宝達志水町小川 3-78)	毎週水曜日傾聴サロン 10:00～12:00 茶話会(不定期) 13:00～15:00 ※個別相談は応相談	カウンセリング・相談・居 場所・家族会・勉強会等	本人・家族・支援者 (町外の方の利用も 可)	ホームページ: https://obachan.sitoo-tunagu.com Mail:obachanthi@sitoo-tunagu.com
居ばしょ食堂 (七尾市南藤橋子- 64-4)	平日9時～17時 (土日祝休み)	居場所(遊び場)の提供、 昼食の提供、学習スペー スの提供・支援、訪問支 援、保護者向け相談、母 子家庭支援	本人・家族・各種支 援団体	0767-58-5873 公式LINE(@zam9358b)、 Instagram(@ibasosyoku)
「オルタナティブス クールひなたぼっ こ」七尾市小丸山台 3-13-2	時間:月・火・木 (9:00～17:00)	体験学習支援・学習支援	本人・家族・関係者	0767-57-5950 (ひなたぼっこ) 090-6272-9299(滝澤)
「第三の居場所ひな たぼっこ」七尾市小 丸山台3-13-2	平日8時～20時	学習・生活支援・昼夕食 おやつ提供・送迎など	本人・家族・関係者	
内浦クラブ	3カ月に1回 ※不定期開催	情報交換、交流会など	本人・家族・支援者	0768-62-8514 (健康福祉課健康推進係) 0768-62-8515 (健康福祉課福祉係) 情報掲載サイト https://sites.google.com/view/piasapo-main/%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%83%85%E5%A0%B1%E3%82%A4%E3%83%99%E3%83%B3%E3%83%88/%E4%BB%A4%E5%92%8C7%E5%B9%B4%E5%BA%A6
珠洲カフェ	毎月1回 主に第3土曜日 通常10時～14時 (日時・場所の変更あ り)	同じ体験を持つ方との出 会いや情報交換、各種団 体との交流会など	本人・家族・支援者	090-9760-2135 (電話は仕事上18:00以降 が良い。SMSメッセージは 常時可)
珠洲カフェ(珠洲市)				

◆公的な相談機関

名称・所在地	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
石川県南加賀保健福祉センター(小松市)				
こころの健康相談 (ひきこもりを含む)	毎月第2金曜日、第3 水曜日 14:00~17:00 第3火曜日 12:45~14:15	専門医による面接相談 (要予約)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	0761-22-0796
精神保健福祉相談 (ひきこもりを含む)	月曜~金曜日 8:30~17:45	電話相談・来所相談(予 約制)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	
ひきこもり当事者グ ループ活動	毎月第3金曜日 13:30~15:30	ひきこもり当事者のグ ループ活動(メンバーの 話し合いによって活動内 容を決定)	18歳以上のひきこもり 状態の方(参加に関し てはお問い合わせくだ さい)	
ひきこもり家族教室	お問い合わせ下さい	ひきこもりに関する理解、 対応等の講義	ひきこもりの子ども を持つ家族	
石川県石川中央保健福祉センター(白山市)				
こころの健康相談 (ひきこもりを含む)	毎月第1~4 水曜日 14:00~16:00	専門医による面接相談 (要予約)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	076-275-2250
精神保健福祉相談 (ひきこもりを含む)	月曜~金曜日 8:30~17:45	電話相談・来所相談(予 約制)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	
ひきこもり家族交流 会	毎月第2金曜日 14:00~15:30	座談会、学習会、個別相 談	ひきこもりで悩んで いる家族等	
駅西福祉健康センター(金沢市)				
ひきこもり相談	第1・3木曜日 13:30~15:30 (予約制)	保健師によるひきこもり に関する個別相談	金沢市内にお住いの ひきこもりの問題で悩 みを感じている、概ね 18~64歳の本人及び その家族	076-234-5103
泉野福祉健康センター(金沢市)				
ひきこもり相談	第2・4火曜日 13:30~15:30 (予約制)	保健師によるひきこもり に関する個別相談	金沢市内にお住いの ひきこもりの問題で悩 みを感じている、概ね 18~64歳の本人及び その家族	076-242-1131
元町福祉健康センター(金沢市)				
ひきこもり相談	第2火曜日 13:30~15:30 第4水曜日 9:00~11:00 (予約制)	保健師によるひきこもり に関する個別相談	金沢市内にお住いの ひきこもりの問題で悩 みを感じている、概ね 18~64歳の本人及び その家族	076-251-0200

名称・所在地	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
石川県石川中央保健福祉センター河北地域センター(津幡町)				
こころの健康相談 (ひきこもりを含む)	毎月第3金曜日 15:00~17:00 (8月3月第2金曜日)	専門医による面接相談 (要予約)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	076-275-2250
ひきこもり家族交流会	奇数月第4金曜日 14:00~15:30	座談会、学習会、個別相 談(要予約)	ひきこもりで悩んで いる家族等	
石川県能登中部保健福祉センター(七尾市)				
こころの健康相談 (ひきこもりを含む)	毎月第1~4木曜日 13:30~15:00 (能登中部HC会場)	専門医による面接相談 (要予約)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	0767-53-6894
	毎月第1金曜日 10:00~11:30 (羽咋地域C会場)			
	毎月第3金曜日 10:00~11:30 (志賀町HC会場)			
精神保健福祉相談 (ひきこもりを含む)	月曜~金曜日 8:30~17:45	電話相談・来所相談(予 約制)、必要に応じて訪 問	ひきこもり当事者、 家族、関係者	
ひきこもり当事者グ ループ(青年期グ ループ)	月1回 第4火曜日 9:30~11:30	ひきこもり当事者のグ ループ活動(メンバーの 話し合いによって活動内 容を決定)	概ね15歳以上のひ きこもり状態の方 (参加に関してはお 問い合わせ下さい)	
ひきこもり家族交流 会	月1回 第2水曜日 14:00~16:00	家族同士の交流会	ひきこもりで悩んで いる家族	
石川県能登北部保健福祉センター(輪島市)				
こころの健康相談 (ひきこもりを含む)	第2木曜日 9:00~9:50 (能登北部HC会場)	専門医による面接相談 (要予約)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	0768-22-2012
	第3木曜日 15:00~17:00 (珠洲地域C会場)			
精神保健福祉相談 (ひきこもりを含む)	月曜~金曜日 8:30~17:45	電話相談・来所相談(予 約制)、必要に応じて訪 問	ひきこもり当事者、 家族、関係者	
ひきこもり当事者グ ループ(当事者の集 い)	月1回 第2木曜日 13:30~16:00	ひきこもり当事者のグ ループ活動(メンバーの 話し合いによって活動内 容を決定)	概ね15歳~40歳代 までのひきこもり状 態の方(参加に関し てはお問い合わせく ださい)	
ひきこもり家族教室	お問い合わせくださ い	ひきこもりに関する理 解や対応等の講座、家 族交流(詳細はお問 い合わせ下さい)	ひきこもりで悩んで いる家族等	

名称・所在地	開催日・時間	活動内容	対象	連絡先等
石川県ひきこもり地域支援センター(石川県こころの健康センター 内)				
精神保健福祉相談 (ひきこもりを含む)	月曜～金曜日 8:30～17:15	電話相談・来所相談(予 約制)	ひきこもり当事者、 家族、関係者	076-238-5750
ひきこもり当事者グ ループ(悠友クラブ)	毎週木曜日 13:30～15:30	ひきこもり当事者のグ ループ活動(メンバーの 話し合いによって活動内 容を決定)	概ね18歳以上のひ きこもり状態の方 (参加に関してはお 問い合わせ下さい)	
ひきこもり家族交流 会	年5回、土曜日 13:30～15:30	家族用テキストを用いた ワークと分かち合い	当センターに相談し ている家族のみ	
能登ひきこもり地域支援センター(医療法人松原会 ピアサポート北のと内)				
ひきこもりに関する 相談	月曜～金曜日 9:00～17:00	電話相談・来所相談(予 約制)・訪問支援	ひきこもり当事者、 家族、関係者	鳳珠郡穴水町字川島347 番地1 0768-52-0305 pia-kitanoto @forest.ocn.ne.jp
加賀ひきこもり地域支援センター(社会福祉法人長久福祉会 暮らし・しごと応援センターはるかぜ 内)				
ひきこもりに関する 相談	月曜～金曜日 9:00～17:00	電話相談・来所相談(予 約制)・訪問支援	ひきこもり当事者、 家族、関係者	加賀市幸町2丁目60番地 0761-76-5750 kagacenter @chokyuhukushi.jp