

青少年の悩みはふらっぷへ



青少年自立支援センター「ふらっぷ」は、自立に困難を抱える青少年の相談機関です。独りで悩みを抱え込む前に、一度ご相談ください。

問 青少年自立支援センター「ふらっぷ」
☎(633)3715

＼ひとりで抱え込まずに相談を／

青少年自立支援センター「ふらっぷ」

「ふらっぷ」は、人とコミュニケーションを取ることが苦手、就職したいけれど何から始めればよいかわからないなど、自立に困難を抱える青少年や、その家族からの相談を受け、「教育」「福祉」「雇用」などの、さまざまな支援機関と連携しながら、サポートする機関です。

市内在住か通勤通学する、おおむね15～39歳までの青少年とその家族を対象に、さまざまな相談を受け付けています。

電話だけでも、匿名でも大丈夫
まずはお電話ください

☎ 1032854

■ 青少年自立支援センター「ふらっぷ」

中央(区)4階(中央1丁目) ☎(633)3715

▼ 日時 月～金曜日、午前9時～午後5時。祝休日、年末年始を除く。

▼ 面接相談・訪問相談(要予約) 電話で、ふらっぷへ。



▲市HP

こんな相談に応じます

■ 本人の悩み

- ▼ 仕事に就きたいけど、自信がない。
- ▼ 自分の将来が不安。
- ▼ 人と接するのが苦手。
- ▼ 焦りや不安でいっぱい。



■ 家族の悩み

- ▼ どう接すれば良いかわからない。
- ▼ 本人の将来が不安。
- ▼ 長期間引きこもっている。
- ▼ 誰にも相談できない。



「ふらっぷ」の相談支援の流れ

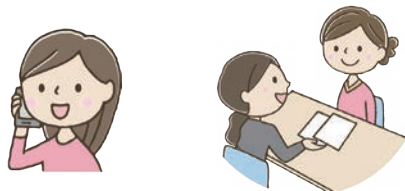
ポイント

1

個別面談

相談員が個別に丁寧にお話を伺い、今後について一緒に考えます。

※ 家族のみの相談も受け付けています。

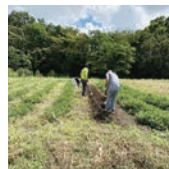


ポイント

2

プログラム(若者自立支援ステップアップ事業)

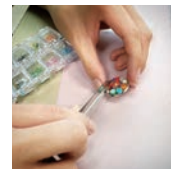
個別面談を基に、一人ひとりの希望や状況に合わせて、見聞を広げたり、自信を回復したりするためのプログラムに参加することができます。



▲農業体験



▲パソコン講座



▲アート体験

ポイント

3

ネットワーク

宇都宮市子ども・若者支援地域協議会を通じて、教育・福祉・保健・雇用などの専門機関と連携し、サポートしています。



▲学び直し



▲就労支援

ポイント

4

家族講座

外部講師などによる家族向けの情報提供や、自立に困難を抱える若者の理解を深めるための講座を実施しています。



自立に困難を抱えている

生きづらさを抱えている

若者や家族を支援します



「若者の自立支援講演会」・「個別相談会」を開催します

教育・福祉・雇用などさまざまな分野の支援機関で構成する「宇都宮市子ども・若者支援地域協議会」では、毎年、生きづらさを抱える若者やその家族などを対象に、青少年の自立支援に関する講演会を開催しています。

講演会の後には、支援機関（下記参照）による個別相談会も開催します。希望する人は、ぜひご参加ください（電話での事前予約が必要です）。

支援機関

- ▼県発達障害者支援センター「ふぉーゆう」。
- ▼とちぎ若者サポートステーション。
- ▼KHJとちぎベリー会。
- ▼とちぎユースワークカレッジ。
- ▼とちぎ青少年自立援助センター。
- ▼県若年者支援機構。
- ▼青少年自立支援センター「ふらっぴ」。

▼日時 2月9日（日）。講演会＝午後1時～2時30分、個別相談会＝午後2時45分～。

▼参加方法 ①来場＝南図書館（雀宮町）②オンライン。

▼内容 「地域で育てる子ども・若者とその家族 & ちょこっと脳の話 思春期・青年期の発達特性の理解と対応」と題した、門田行史さん（自治医科大学小児科学准教授）による、地域全体で子どもと家族を支える重要性や、脳の発達に関する最新の知見、日常生活での支援の実践方法についての講話。

▼定員 ①②各先着100人。

▼申込期限 2月3日。

▼申込方法 ①市電子申請共通システムURLに必要事項を入力するか、電話で、ふらっぴ ☎（635）5834・5877 へ②市電子申請共通システムに必要事項を入力。



▲市電子申請
共通システム

▼その他 講演会は、オンラインでも視聴できます。個別相談会は来場のみとなります。

とちぎ若者サポートステーション
説明会・ミニ相談会を開催します

ふらっぴでは、ニートや引きこもり、不登校など、自立に困難を抱える若者やその家族を対象に、学校生活や社会生活などでくじけてしまった若者の自信の取り戻し方や家族の寄り添い方などについて、理解を深めるための講座を開催しています。

▼日時 1月26日（日）午前10時～正午。

▼会場 中央（☎）。

▼内容 「とちぎ若者サポートステーション」の統括コーディネーターによる、自立に向けたさまざまなサポートの内容についての講話。

▼定員 先着30人。

▼申込期限 1月24日。

▼申込方法 電話で、ふらっぴ ☎（635）5834へ。

▼その他 講座終了後、ミニ相談会（1人10～15分程度）を実施します。

相談会への参加を希望する人は、申込時に伝えてください。

ひきこもり家族会が運営する居場所が
利用できます

市内には、不登校やひきこもりなどの当事者や、対応にお困りの家族を支援する団体が運営している居場所が2カ所あり、同じような境遇にある子どもやその家族同士の交流の場となっています。

ひきこもり本人・家族のための居場所
（運営 KHJとちぎベリー会）

■カフェ「苺屋」（ひきこもり当事者やその家族等の居場所） ☎（627）6200

▼住所 昭和2丁目3-5。

▼開所日 毎週火・木曜日＝午後2時～5時、毎週土曜日＝午後1時～4時。

▼費用 当事者＝100円、家族＝500円。

■宇都宮の居場所（ひきこもり当事者の居場所）

▼住所 元今泉5丁目9-7（まちづくりセンター「まぢびあ」内）。

▼開設日 毎月第1・2水曜日、午後1時30分～4時。

▼費用 当事者＝無料、家族＝500円。