

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やその家族のための総合相談機関です。

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

＼独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良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

ID 1032854

■ 青少年自立支援センター「ふらっぷ」

中央(画)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。



利用者の声



Sさん(本人)

無理に「こうすればいい」といった話もなく、自分のペースで話やすかった。



Yさん(本人)

プログラムに参加したことで、自分の得意なこと、意外と苦手だったことを知ることができた。



Kさん(家族)

親身になって悩みを聞いてもらえ、「頑張ってますね」と言われて、とても安心した。



Mさん(家族)

話を聞いてもらっている中で、息子の良いところに気づくことができた。



若者の自立支援講演会を市HPから視聴できます

ID 1032848

若者の自立支援講演会の内容を、市HPから視聴できますので、ぜひご覧ください。

▼ タイトル 経験者が語る不登校・ひきこもり 一歩踏み出せたきっかけ。

▼ 講師 よしなり ゆういち 吉成勇一さん (KHJとちぎベリー会理事)。



▲市HP



▲若者の自立支援講演会の様子

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



「ふらっぷ」の相談支援

ふらっぷでは、本人や家族からの相談に応じて、専門の相談員が一人ひとりのペースに合わせて自立をサポートします。

POINT
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。

※ 電話や家族のみの相談も受け付けています。

POINT
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。



▲陶芸体験



▲動画編集



▲動物のお世話体験

POINT
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

POINT
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。



ID 1035795



▲市HP



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（KHJとちぎベリー会）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。

■カフェ「苺屋」（ひきこもり当事者やその家族などの居場所） ☎(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。

■当事者のための女子会

▼日時 3月8日(日)午後1時30分～4時。

▼会場 カフェ「苺屋」。

▼費用 無料。

▼その他 当事者のための女子会は年3回実施しています。日程など、詳しくは、KHJとちぎベリー会HPをご覧ください。



▲カフェ「苺屋」

■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「まちぴあ」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。

■家族のための茶話会

▼開所日 毎月第2土曜日＝午前9時30分～正午。

▼会場 宇都宮の居場所。

▼費用 500円。



▲まちぴあ



▲KHJとちぎベリー会HP