

相談・居場所 についての
お問い合わせはこちら

▶ TEL
03-3941-1613

▶ FAX
03-3941-1613

▶ メール
club.myoga@gmail.com

▶ WEB
http://myogadani-club.com

※ 電話受付時間
月曜～金曜（祝日を除く）
10:00～18:00

実践的ひきこもり対策講座・
その他の事業 についての
お問い合わせはこちら

▶ TEL
03-3947-7636

▶ FAX
03-3947-0766

▶ メール
info@skc-net.or.jp

▶ WEB
http://skc-net.or.jp

※ 電話受付時間
月曜～金曜（祝日を除く）
10:00～18:00



■ 事務所名	公益社団法人 青少年健康センター
■ 所在地	〒112-0006 東京都文京区小日向4-5-8 三軒町ビル102
■ 電話FAX	TEL 03-3947-7636 FAX 03-3947-0766
■ WEB	http://skc-net.or.jp
■ メール	info@skc-net.or.jp
■ 営業時間	月曜～金曜（祝日を除く） 10:00～18:00



Public Interest
Incorporated Association
**Youth
Support
Centre**

公益社団法人 青少年健康センター

公益社団法人^{*} 青少年健康センターは、
不登校やひきこもりといった若者の心の問題に、
精神医学や心理学の視点からケアを行っている、
営利を目的としない団体です。

「青少年」や「若者」というと少し堅苦しいかも知れませんが、
10代から40代の方を中心に、
対人関係や学校・職場になじめない苦しみを抱えた方の
総合的支援活動を行っています。

また、本人だけでなく、そのご家族や、
広く一般の方のための活動も行っています。

^{*}内閣府所管

ご利用の流れ

青少年健康センターでは、社会とつながっていくために
多様な支援活動を行っています。

個々に適した方法で社会参加を目指します。



ご本人

相談



ご家族

ひとりで悩まないためのひきこもりサポート

茗荷谷クラブ メンタル部門相談室

ひきこもりに悩んでいる方、発達障害の方、生きづらさを抱えた方、またそのご家族の方、お気軽にご相談ください。臨床心理士のスタッフが、必要に応じて、カウンセリング、ケースワーク、心理検査などを行います。

※ 相談的家庭教師・訪問活動も実施しています。

家族に丁寧に向き合い、支えを

実践的ひきこもり対策講座

『社会的ひきこもり』の著者でもあり、精神科医の斎藤環先生が家族向けに開いている月1回の講座です。「ひきこもり」から脱却するために親ができる事を、具体的に講師に相談したり、親同士話し合ったりすることを通して、不安や迷いを軽減し、状況の改善と家族間の相互交流を図ります。講座は「理論編」と「家族会」からなり、初めての方には講義形式の「理論編」をお勧めしております。また講座の一環として、斎藤環先生を交えた1泊2日の「家族宿泊セミナー」を実施しております。



居場所

来ているだけで良くなる居場所

茗荷谷クラブ

学校や職場に行くことに困難を感じている20代～40代の方のための憩いの場です。スタッフは、臨床心理士・精神保健福祉士等の専門家が従事しています。メンバー同士またはスタッフの関わりを通して対人関係へ自信を取り戻すために居場所を中心にさまざまな活動を行っています（演劇活動、サッカー活動、ボランティア活動）。見学は無料です。

40代の方にも…2時間からの社会参加

社会参加準備支援

仕事って何?なぜ働くの?と疑問を感じる方、不安で社会参加の1歩を踏み出しにくい方、年齢が高く自分には難しいと感じる方、週5日で本格的な社会参加は無理と思う方のための社会参加準備プログラムです。座談会、セミナー、職場見学・体験など、1回2時間の参加が基本の気軽なプログラムです。精神保健福祉士、臨床心理士などの資格を持つスタッフが、みなさんのニーズを取り入れたプログラムを企画・実施します。

思春期・青年期への
深い理解を持ちたい方に

思春期カウンセリング講座

思春期・青年期に特化した講座・研修活動です。思春期・青年期への深い理解を持ちたい家族や援助者に有用な幅広い講座内容で、臨床経験豊かな講師陣を揃えております。講座形式の「基礎コース」と、専門家を目指す実践的な「研究コース」があります。「研究コース」を終了され、認定を受けた方には、「クリニック絆」（別記参照）の電話相談員としての登用もあります。



社会参加

就学

就労

その他の事業

● 東京都の委託事業

平成22年4月、内閣府より「子ども・若者育成支援推進法」が打ち出され、地域自治体による若者支援への機運が高まりました。東京都では、各区市が若者支援に取り組むように働きかけている事を背景に、平成26年度から、当センターでは文京区、世田谷区の委託事業が開始されました。

文京区委託事業「STEP」※ひきこもり等自立支援事業

※ Support 支援 / Talk 相談 / Experience 経験 / Place 居場所

社会生活を円滑に営むことに困難を感じる子どもや、若者を支援するためのネットワーク整備の検討を、平成26年度より文京区と協働して進めています。文京区内に活動拠点を置く当センターと協働することで、他自治体にはないきめ細やかなサービスを実現するとともに、区の社会資源を最大限に活用した事業展開を今後も検討しています。

世田谷区若者総合支援センター メルクマールせたがや

世田谷区から事業委託を受け、平成26年9月に、個別相談、居場所の機能を持つ世田谷区若者総合支援センター メルクマールせたがやを開設しました。世田谷区内在住の中高生から39歳までの方を対象に、①個別相談・訪問相談、②居場所支援、③家族セミナー、④他機関連携、等を無料で実施しています。



● 講演会・シンポジウム

青少年の健全育成のための知識の普及・啓発活動として、創設以来毎年開催しています。テーマはさまざまな見地から問題を取り上げ、広く各方面の学識者を講師に招き、示唆に富んだ討議と問題提起、問題解決への提案をしていきます。シンポジウムのまとめは青健シリーズとして小冊子化しております。

生きるのがつらいときに…

● 「クリニック絆」電話相談

2012年開設。日本の自殺者数が減少傾向の中、若年層（15歳～39歳）の死因の第1位が自殺である実態を憂えて、従来のひきこもり支援に加えて、自殺予防目的の「クリニック絆」が設置されました。月曜日から金曜日の間、すでに治療を受けている方も、未治療の方もじっくりと相談を伺い、希望があれば予約によって、無料で精神科医と相談できるのが特徴です。

● 一般電話相談 月曜日～金曜日 13:00～18:00
● 精神科医による電話相談 第2・4土曜日14:00～18:00
相談電話 03-5319-1760 ※有料での面接相談もあります。