

# 多摩総合精神保健福祉センター

## サポートの内容

- ・電話相談：『こころの電話相談』
- ・個別(来所)相談、本人グループ、家族教室：まずは『こころの電話相談』に電話  
本人グループには、ひきこもり当事者本人グループと、依存症当事者本人グループ（アルコール・薬物・ギャンブル依存症からの回復プログラム）があります。  
家族教室は、思春期青年期家族教室と依存症家族教室があります。
- ・精神科デイケア（思春期・青年期医療デイケア、ショートケア）

## 分野

こころやからだの悩み / 仕事・職場の悩み / ひきこもり / 生活・お金に関する悩み / 学校・学業の悩み / その他

## 対象地域

八王子市 / 立川市 / 武蔵野市 / 三鷹市 / 青梅市 / 府中市 / 昭島市 / 調布市 / 町田市 / 小金井市 / 小平市 / 日野市 / 東村山市 / 国分寺市 / 国立市 / 福生市 / 狛江市 / 東大和市 / 清瀬市 / 東久留米市 / 武蔵村山市 / 多摩市 / 稲城市 / 羽村市 / あきる野市 / 西東京市 / 瑞穂町 / 日の出町 / 檜原村 / 奥多摩町

## メッセージ

〈相談部門〉不登校やひきこもり、家庭内暴力、親子関係の問題などの思春期青年期相談やアルコール・薬物・ギャンブル等依存症相談のほか、様々なこころの悩みに関する相談に応じます。

〈精神科デイケア〉主に思春期・青年期の方を対象とした医療デイケア・ショートケアで、集団活動の中で、生活リズムの改善や病状安定、また就学や就労も含めた社会生活の充実を目指しています。

## 寄せられた悩み

- ・学校に行けず不登校になった
- ・引きこもり生活が続いているのでなんとかしたい
- ・家族に暴言や暴力がある
- ・これから仕事に就けか、集団になじめるかどうか心配
- ・親はどのように子どもに接すればいいのか
- ・ネットやゲームばかりして昼夜逆転している
- ・家以外の居場所を作りたい
- ・働いてみたい、自分の適性や力を知りたい
- ・市販薬や違法薬物を使用している

## 対象年齢

〈相談部門〉電話相談、個別（来所）相談は年齢制限なし。ひきこもり当事者の本人グループは概ね15歳から30歳までを対象。

〈精神科デイケア〉義務教育終了年齢から概ね40歳以下。

## 料金

- ・相談、家族教室・本人グループの参加は無料。
- ・デイケアのご利用には、参加された時間により精神科デイケア料または精神科ショートケア料の支払いが必要です。
- ・相談に伴う電話代、当センターまでの交通費などは相談者・利用者のご負担になります。

## 家族だけの相談・サポート

可能

## 家族向けサポートの概要・料金

家族からの相談OK

## 電話相談

番号：042-371-5560

受付時間：月曜日から金曜日まで（年末年始・祝日を除く）午前9時から午後5時まで

## 来所相談

### 住所

〒206-0036 多摩市中沢2-1-3

## MAP



## 備考

必要に応じて面接相談（個別相談）も行っています。まずは、「こころの電話相談」にご相談ください。

## 詳細ページ

<https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=141>

