中部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』（まずはこちらへ）
・個別(来所)相談：まずは『こころの電話相談』で予約
・思春期・青年期家族講座
・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

港区 / 新宿区 / 品川区 / 目黒区 / 大田区 / 世田谷区 / 渋谷区 / 中野区 / 杉並区 / 練馬区

メッセージ

（相談担当）主な相談内容は、不登校やひきこもり、家庭内暴力、病気かどうかわからないが精神科を受診すべきか、医療機関を紹介してほしい、子供が病気だと思うが受診したがらないのでどうしたらよいかなどの相談に応じます。
（精神科デイケア）復職、新規就労、進学・復学を目指す、通過型の医療デイケア・ショートケアです。認知行動療法の手法を取り入れたプログラムを中心とした、各自の目標に向けて支援を行います。

寄せられた悩み

・学校や職場に行かれなくなり、ひきこもっている。
・人間関係が苦手。発達障害ではないか。
・リストカット等の自傷行為にどう対応したらいいか。
・家族に暴言、暴力がある。どう接したらよいか。
・生活リズムを整えたい、家以外の居場所を作りたい。
・働いてみたい、自分の適正や力を知りたい。

対象年齢

（相談担当）義務教育終了後の概ね15歳から30代まで。
（精神科デイケア）復職目的：年齢制限なし。新規就労目的：概ね50歳まで。進学・復学目的：概ね30歳まで。

料金

・面接相談、家族講座の参加は無料。
・精神科デイケアのご利用の場合は、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となります。自立支援医療制度が利用可能です。
・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。

家族だけでの相談・サポート

可能

家族向けサポートの概要・料金

（相談担当）有（家族からの相談可）
（精神科デイケア）本人の見学、申込みが必要

電話相談

番号：03-3302-7711
受付時間：午前9時から午後5時まで
備考：月曜日から金曜日（年末年始・祝日を除く）

来所相談

住所

〒156-0057　世田谷区上北沢2-1-7

MAP



受付時間

まずは電話にてご相談ください。

備考

・完全予約制（無料・秘密厳守）
・月曜日から金曜日（年末年始・祝日を除く）

詳細ページ

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=159