ユースメンタルサポートColor



サポートの内容

公認心理師、精神保健福祉士などのこころの専門家が、社会生活が難しくなっていたり、次の一歩が踏み出せないでいたりする方のお手伝いをします。Colorは安心できる「居場所」であり、生活のことから学業、就労、体調のことまで話せる相談先であり、共通する悩みをもつ仲間と出会える交流の場です。

分野

こころやからだの悩み / 仕事・職場の悩み / ひきこもり / 学校・学業の悩み

対象地域

東京都全域

メッセージ

「ユースメンタルサポートColor」は、こころの不調や不具合を感じられている（発達障害も含む）10～20代の方たちを対象とした福祉サービス(自立訓練(生活訓練))の相談・支援機関です。社会生活が難しくなっていたり、次の一歩が踏み出せないでいるあなたのお手伝いをします。

利用者・相談者の声

◆ 通う場所ができたので家に引きこもる日が減って身体の調子がよくなってきた。（Tさん・21歳男性）
◆ 自分のペースで通いはじめることができ、少しずつ生活リズムがついてきた。（Mさん・23歳女性）
◆ しっかり話を聞いてくれ、気軽に相談できるので安心感が持てる。（Mさん・25歳女性）
◆ 人と関わる機会が持て、コミュニケーションへの苦手意識や人への抵抗感が少し減った。（Sさん・27歳男性）
◆自分の苦手なことや得意なことが見えてきて、自分がやるべきことについて具体的に考え、行動できるようになった。（Sさん・18歳女性）
◆ 似たような境遇の人と初めて交流し、元気になれた。他とは違う話せる場所と友達ができた。（Rさん・19歳男性）
◆ プログラムを通して対人スキルやPCスキルが上がり、自信がついた。がんばる気持ちを持てるようになった。（Eさん・21歳男性）
◆ 個室が利用できるので、集中して受験勉強や試験勉強する場が持てるようになった。（Yさん・20歳女性）
◆ 就労に向けてのサポートをしっかりしてくれて、がんばりすぎずに就活ができた。（Hさん・22歳女性）

【若者の世界線】ひきこもり経験者がアバターを通して語る“リアル”（YouTube）
https://www.youtube.com/watch?v=hVCDEwG0t9w
ユースメンタルサポートColor（調布）卒業生のインタビュー（YouTube）
https://www.youtube.com/watch?v=XuddYVfNraE

寄せられた悩み

・学校になかなか行けない（休学中）
・ひきこもっていてやりたいことがみつからない
・生活リズムを整えて社会に出るための準備をしたい
・退院後の行き先
・働きたい

対象年齢

中学校卒業後〜20代前半

料金

原則無料（前年度に収入がある方は自己負担が生じる場合があります）

家族だけでの相談・サポート

可能

その他

問合せ先：
社会福祉法人巣立ち会 シンフォニー
電話：042-426-8099

電話相談

番号：042-426-8099
受付時間：9:00-17:00
備考：月曜日から金曜日まで（年末年始を除く）

メール相談

アドレス：soudan@sudachi-kai.or.jp
受付時間：24時間受付（返信は1週間以内）
備考：・ いただいたメールは1週間以内にご回答しますが、相談内容、相談件数等によっては、時間を要する場合もあります。緊急の対応が必要なご相談には応じかねます。
・ ご相談1件につき原則1〜3通のメール返信にてご対応させていただきます。
・ 必要に応じて、面接や電話でのご相談を提案することがあります。

来所相談

住所

〒182-0026　東京都調布市小島町2-55-4

MAP



受付時間

9:00-17:00

備考

まずはお電話にて来所日時をご相談ください。

詳細ページ

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=40