

中退したけど  
学びなおしたい

発達障がいかも？  
誰に相談したらいい？

親から離れて  
自立したい！

子どもが不登校。  
どう関わったらいい？

バイトが  
続かない



# これからのこと、相談しよう



## 豊中市若者支援総合相談窓口

臨床心理士など専門の職員が、ひとりひとりの特性や状況に寄り添い、次のステップへ向けてサポートします。不登校・ひきこもり・コミュニケーションや人間関係の不安・進路や就労・不安定な子どもとの関わり方など、幅広くご相談にのっています。

まずはお電話ください



# 06-6866-3032

対象は？

豊中市内に在住・在学・在勤の方で、15~39歳位までの方  
またそのご家族の方が対象です。

相談したい  
んだけど...

相談は来談か電話で受け付けています。(火 - 土曜日、祝日・年末年始を除く)  
【来談】 予約専用アドレス [info@career-bridge.net](mailto:info@career-bridge.net) からご予約ください。  
【電話】 06-6866-3032 (受付時間 10:00-18:30)

### ご相談事例

ご家族からの相談を含む、その他の事例はWebで ▶



Aさん / 19歳 **不登校** **中退**

高校不登校の後、中退。相談来所が今後の人生を捉えなおす機会となり、再入学(転学)を目指す。サポートを受け、通信制高校入学を実現。通学継続中。



Bさん / 26歳 **メンタルダウン**

新卒入社後、心折れて休職。もう生きていけないと悩む。相談に来て気持ちが整理され再び働きだす意欲がわく。サポステ<sup>(※1)</sup>と連携し就労支援。就労継続中。



Cさん / 35歳 **長期ひきこもり**

不登校を機に18年ひきこもり。相談来所が外出機会となりコミュニケーションに慣れる。集団プログラム参加などトレーニングを重ね、就労に向けボランティア体験中。



※1「とよの地域若者サポートステーション」。厚生労働省事業の就労支援事業。  
※上記の事例は、個人情報保護の観点から実際のケースを一部編集しています。

### 相談員からひとこと



うまく話せなくても、こたえがわからなくても、急がなくても、大丈夫。小さな一歩を応援します。

まずは相談員がじっくりお話を伺います。そこから今後の方向性を一緒に見出していきましょう。



当窓口開設以来、1000人以上の若者やご家族の相談に、専門の相談員が対応しています。

「何から相談したらいいかわからないけど困ってる」  
「うまく話せるか不安」  
「誰かに相談したいけど、こんな事を話していいのかな」

…そんな方も多いですが、大丈夫。秘密も守ります。出口が見えない中、ひとりで悩みや不安を抱えるのは誰もが大変だしツライです。一緒に次のステップに繋がる出口を探しましょう。

### ご家族(保護者)の相談も可能です



「子どもの不登校で悩んでいる」  
「ひきこもりがみ。どうしたらいいのか。」  
「子どもとどう関わったらいいかわからない」  
…など、お悩みをお聞かせください。  
お子さんのこれからや関わりについて考えましょう

### 専門相談員がお話を伺います



公認心理師/臨床心理士、精神保健福祉士、  
スクールカウンセラーなど、様々な専門家が  
チームで支援を行います。  
学校の居場所スタッフ経験者等も在籍しています。

### 保護者インタビュー

中学不登校  
高校中退  
ひきこもり

→ 面談やプログラム  
参加中



…こんなに1対1で、  
親子ともども関わってもらえる所が  
私の場合は他にはなかったです。



### 相談者インタビュー

卒業後進路未定  
メンタルダウン  
障害受容

→ 就労移行支援事業所を経て  
就労継続中



卒業後外出できない時期もあったけど  
あの時ががんばって相談に来て  
よかったです



### 【ご利用の流れ】

〔対象〕  
豊中市在住の  
15-概ね39歳の方と  
そのご家族

相談予約  
表面記載の電話か  
webフォームからどうぞ

個別面談  
各種プログラム

社会的自立に向け  
一步を踏み出す

\*ご相談内容によって、より適していると思われる機関をご紹介させていただく場合もあります。

運営団体：一般社団法人キャリアブリッジ <http://www.career-bridge.info>

一般社団法人キャリアブリッジは「豊中市若者支援総合相談窓口(豊中市事業)」「とよの地域若者サポートステーション(厚生労働省事業)」「課題早期発見事業(大阪府事業)」「困窮者自立支援相談窓口(豊中市事業)」等を受託運営。行政・学校・支援機関・企業等と連携しながら社会的自立・就労自立を応援しています。  
平成29年度「子供と家族・若者応援団表彰」子供若者育成支援部門 内閣府特命大臣賞を受賞。



大阪府豊中市服部西町4-13-1 豊中市立青少年交流文化館いぶき3階