

横手市ひきこもり相談支援場所一覧



令和 7年 4 月 作成

横 手 市

もくじ

①『こころ』を健康に

①横手市役所 市民福祉部 健康推進課	1
②社会医療法人 興生会 横手興生病院	2
③横手保健所（企画福祉課 調整・障害者チーム）	3
④秋田県厚生農業協同組合連合会 平鹿総合病院 医療福祉相談室	4
⑤寺田心理教育研究所	5
⑥秋田県子ども・女性・障害者相談センター	6
⑦秋田県ひきこもり相談支援センター	7

②話を聞いてほしい

①横手市役所 市民福祉部 健康推進課	8
②横手市障がい者基幹相談支援センター	9
③社会医療法人 興生会 横手興生病院	10
④横手保健所（企画福祉課 調整・障害者チーム）	11
⑤秋田県厚生農業協同組合連合会 平鹿総合病院 医療福祉相談室	12
⑥寺田心理教育研究所	13
⑦秋田県子ども・女性・障害者相談センター	14
⑧秋田県ひきこもり相談支援センター	15
⑨ほっこの里	16
⑩コーヒーサロン「和生（なな）」	17
⑪おおもりコーヒーサロン「和生（なな）」	17
⑫あなたの居場所	18
⑬横手市 こども・若者 相談窓口	19

③自宅以外の居場所が欲しい

①特定非営利活動法人 秋田県南NPOセンター	20
②社会医療法人 興生会 地域生活支援センター のぞみ	21
③道の駅 十文字	22
図書館 ④横手 ⑤増田 ⑥平鹿 ⑦雄物川	23
図書館 ⑧大森 ⑨十文字	24
⑩横手市生涯学習館Ao-na（あおーな）	25
⑪秋田県ひきこもり相談支援センター	26
⑫あなたの居場所	27

④つながる仲間が欲しい

①横手市役所 市民福祉部 健康推進課 健康の駅係	28
②横手エンカレッジの会	29
③ヒューマニティ コミュニケーション（コミュニティ 煉瓦屋）	30
④秋田県ひきこもり相談支援センター	31

⑤人の役に立ちたい

①社会福祉法人 横手市社会福祉協議会	32
②特定非営利活動法人 秋田県南NPOセンター	33

もくじ

⑥収入がなく生活が苦しい

- ①秋田県南若者サポートステーションよこて・・・・・・・・・・34
- ②横手市自立相談支援窓口・・・・・・・・・・35
- ③横手市役所 市民福祉部 社会福祉課 生活福祉係・・・・・・・・・・36

⑦仕事を探している

- ①ハローワーク横手・・・・・・・・・・37
- ②公益財団法人 秋田県ふるさと定住機構
あきた就職活動支援センター 南部サテライト・・・・・・・・・・38
- ③横手市役所 商工観光部 商工労働課・・・・・・・・・・39
- ④社会福祉法人 慈泉会 ネット横手 障害者就業・生活支援センター・・・・・・・・・・40
- ⑤秋田県南若者サポートステーションよこて・・・・・・・・・・41

⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

- ①社会福祉法人 横手市社会福祉協議会・・・・・・・・・・42
- ②横手市ふくしの窓口・・・・・・・・・・43
- ③社会医療法人 興生会 地域生活支援センター のぞみ・・・・・・・・・・44
- ④社会福祉法人 秋田県社会福祉事業団 阿桜園・・・・・・・・・・45
- ⑤一般社団法人 よこて地域福祉研究会 障がい福祉センター ぶらん・・・・・・・・・・46
- ⑥社会福祉法人 ファミリーケアサービス 障害者支援施設 ひまわり社・・・・・・・・・・47
- ⑦合同会社 Goya ケアサポート たんせ・・・・・・・・・・48
- ⑧社会福祉法人 慈泉会 相談支援事業所 あいなび・・・・・・・・・・49
- ⑨合同会社 福祉のパートナーなでしこ 相談支援事業所 なでしこ・・・・・・・・・・50
- ⑩合同会社 ももの花 相談支援事業所 ももの花・・・・・・・・・・51
- ⑪横手市役所 市民福祉部 社会福祉課 障がい福祉係・・・・・・・・・・52



①『こころ』を健康に

①

事業所名	横手市役所 市民福祉部 健康推進課		
電話番号	0182-33-9600（健康づくり係） 0182-35-2127（健康の駅係）		
F A X	0182-33-9601（健康づくり係） 0182-35-6374（健康の駅係）		
所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1 横手保健センター内		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/fukushi/1001149/1001310/1003115.html		
メールアドレス	kenkou@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時15分		
相談料	無料		
支援内容	●保健師等の相談（随時） 面接、電話、訪問など 自分や家族だけでは抱えきれない心の悩みをお話してみませんか。 ●若者支援事業 当時者グループ「つながりリング」 ※詳細は「④つながる仲間が欲しい」①（25ページ）をご覧ください。		

*上記以外で、皆さんの身近な相談場所は次のとおりです。保健師等がお話を伺います。

◆増田市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市増田町増田字土肥館173番地（増田庁舎）

電話：0182-45-5514 FAX：0182-45-5563

◆平鹿市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市平鹿町浅舞字覚町後138番地（平鹿庁舎）

電話：0182-24-1114 FAX：0182-24-3087

◆雄物川市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市雄物川町今宿字鳴田1番地（雄物川庁舎）

電話：0182-22-2157 FAX：0182-22-2184

◆大森市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市大森町字大中島268番地（大森庁舎）

電話：0182-26-2115 FAX：0182-26-3894

◆十文字市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市十文字町字海道下12番地5（十文字庁舎）

電話：0182-42-5114 FAX：0182-42-3672

◆山内市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市山内土剌字二瀬8番地4（山内庁舎）

電話：0182-53-2933 FAX：0182-53-2155

◆大雄市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市大雄字三村東18番地（大雄庁舎）

電話：0182-52-3905 FAX：0182-52-3925

①『こころ』を健康に

②

事業所名	社会医療法人 興生会 横手興生病院		
電話番号	0182-32-2071	F A X	0182-32-2091
所在地	〒013-0016 横手市根岸町8-21		
ホームページ	https://www.kohseikai.com/departments/medical-consultation.html		
メールアドレス	kohsei@kohseikai.com		
実施日	月～土曜日 (土曜日は第1、3、5のみ)	休業日	第2・4土曜日・日祝日・ 8月13日・年末年始
相談時間	(月～金曜日) 午前8時30分～午後5時 (土曜日) 午前8時30分～12時		
相談料	医師への相談・・・診療報酬による 医療相談員への相談・・・無料		
支援内容	●医療相談室 医療相談員が無料で相談に応じます。 精神保健福祉士が医療や生活の不安について一緒に考えます。 秋田県精神科救急医療の県南地域拠点病院。 医療相談室では医療相談員が常勤しており、受診や各種制度の紹介など様々な相談にのってくれます。		
P R	どなたでもお気軽に相談ください。		



①『こころ』を健康に

③

事業所名	横手保健所（企画福祉課 調整・障害者チーム）		
電話番号	0182-32-4005	F A X	0182-32-3389
所在地	〒013-8503 横手市旭川1-3-46		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/genre/hira-fuku		
メールアドレス	hiraka-we@pref.akita.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時		
相談料	無料		

支援内容	●保健師による相談 随時 ※保健師が不在の場合がありますので、来所相談希望の場合は事前にお電話ください。 ●精神科医による専門相談 予約制 第2・4水曜日 午後2時～午後4時 ※医師の都合により、相談日や相談会場が変更になる場合があります。 精神保健及び精神障がいに関するあらゆる相談に対応。 本人のみでなく、家族、その他関係者からの相談も可能。
------	---

P R	精神保健や精神障がいに関して電話や来所での相談に応じています。 専門機関の紹介をはじめ個別に対応を行います。 家族、その他関係者からの相談も可能です。 必要に応じ家庭訪問も行っています。
-----	--



①『こころ』を健康に

④

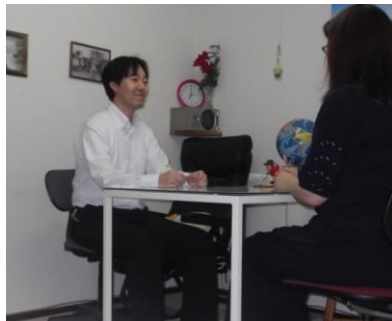
事業所名	秋田県厚生農業協同組合連合会 平鹿総合病院 医療福祉相談室		
電話番号	0182-32-5121	F A X	0182-33-3200
所在地	〒013-8610 横手市前郷字ハツ口3-1		
ホームページ	https://www.hiraka-hp.yokote.akita.jp/hospital-section-consultation.shtml		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/30～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時		
相談料	無料		

支援内容	●医療福祉相談室 - 療養上の心配事についてソーシャルワーカーがご相談に応じます。 - 相談内容に応じて、院内の担当部署や院外の関係機関とも連携して対応いたします。 - ご相談を希望される方は、事前に電話予約をお願いいたします。 【相談内容（例）】 ●医療費や生活費について ●福祉制度について ●介護サービスや退院後の生活について ●健康保険制度など各種制度について ●その他、療養に関する不安や悩みについて 【相談場所】 相談をご希望の方は1階総合受付へお申し出ください。
------	--



①『こころ』を健康に

⑤

事業所名	寺田心理教育研究所		
電話番号	0182-36-6280	F A X	0182-36-6280（兼用）
所在地	〒013-0032 横手市清川町2-6		
メールアドレス	skterada@orion.ocn.ne.jp		
実施日	月～土曜日	休業日	日祝日
相談時間	午前9時～午後9時		
相談料	1時間程度 3,000円		
支援内容	●心理相談(個別カウンセリング) 人の中にある『自分自身で治す力』を引き出しながら問題解決にむけて一緒に取り組んでいきます。 ※事前に電話予約が必要です。 ※不在の場合はメールまたは留守番電話で対応します。 ・不安でいっぱい、どうしてもなく落ち込んでいる。話を聞いて欲しいときなど1回1時間程度の心理相談（個別カウンセリング）を行っています。 ・継続的な相談、1回だけの相談など、ご本人に合わせた最もいい関わり方をしていきます。 ・『自分らしく、楽に生きるにはどうすればいいのか』を一緒に考えていきたいと思えます。		
P R	人は一人では生きていけないもの。過去に縛られたり、未来への不安など自らの「思い」を様々な人の輪に繋げていくお手伝いをします。		
 			

①『こころ』を健康に

⑥

事業所名	秋田県子ども・女性・障害者相談センター		
電話番号	018-831-3946	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/71279		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談料	無料		

支援内容

秋田県子ども・女性・障害者相談センター（精神保健福祉センター）は、こころの健康の保持増進とこころの病をお持ちの方の福祉の増進を図るための機関です。

相談、研修、普及・啓発活動、精神保健福祉に関する事務などを行っています。

●こころの健康相談（来所相談）

保健師・心理職員等が面接相談に応じます。

実施日 月～金曜日

時 間 9：00～16：00（※あらかじめ電話予約が必要です。）

電 話 018-831-3946

人と上手につき合えない、眠れない日が続いている、ひきこもり状態になっているなどさまざまな不安やこころの悩みが生じた時はご相談ください。

一人で抱え込まず、まずはご相談ください。

じっくりとお話をお聴きし、お一人お一人にあったお手伝いができればと考えています。

●こころの電話相談

専門の相談員が電話相談に応じます。

実施日 年末年始を除く毎日

時 間 （月～金曜日）9：00～16：00、（土日祝）10：00～16：00

電 話 018-831-3939

さまざまなこころの悩みを電話で相談したい時はご利用ください。

家庭のこと、学校のこと、その他人間関係の悩みなど、さまざまな相談を一期一会の気持ちでお聴きしています。



交通のご案内

■ バスでお越しの方

JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
桧山大回り線に乗車し、「秋田大学前」
または「住吉町」で降車して徒歩2分。

■ JR秋田駅より徒歩でお越しの方 約15分

①『こころ』を健康に

⑦

事業所名	秋田県ひきこもり相談支援センター		
電話番号	018-831-2525	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号 (秋田県子ども・女性・障害者相談センター内)		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/7906		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始(12/29～1/3)
相談時間	午前10時～午後4時		
相談料	無料		

支援内容 ひとこもり相談支援センターでは、18歳以上のひとこもり状態にあるご本人やご家族の相談に応じ、これからのことを一緒に考えます。

一人で悩まず、まずはご相談ください

●電話・面接による個別相談

実施日 月～金曜日

時 間 10:00～16:00

電 話 018-831-2525

■ご自身がひとこもりかなと思う方へ

例えば次のような悩み、辛い気持ちを抱えておられる方はまずはお電話ください。

- ・人と話すのが苦手で外出できない
- ・他の人たちと合わせていけない
- ・こうしてはいられないと思うけど、一歩踏み出せない
- ・何かきっかけがほしい など

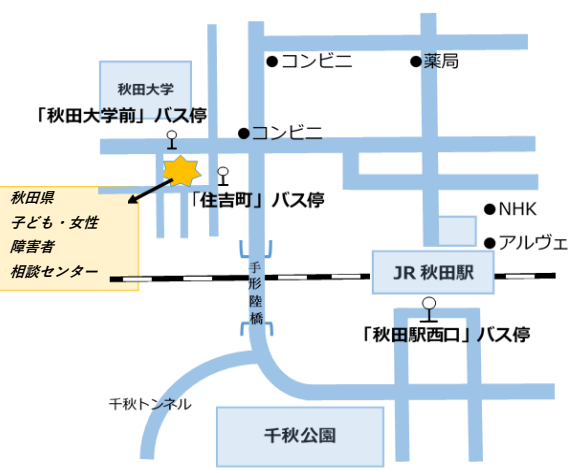
■ご家族の方へ

ご本人と共に苦しんでおられることと思います。誰かに話してみませんか。

まずはご家族に元気になってほしいと願っています。

P R

- ・面接相談は事前に予約が必要です。
- ・匿名での相談が可能です。
- ・秘密は厳守しますのでご安心ください。



交通のご案内

- バスでお越しの方
JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
檜山大回り線に乗り、「秋田大学前」
または「住吉町」で下車して徒歩2分。
- JR秋田駅より徒歩でお越しの方
約15分

②話を聞いてほしい

①

事業所名	横手市役所 市民福祉部 健康推進課		
電話番号	0182-33-9600（健康づくり係） 0182-35-2127（健康の駅係）		
F A X	0182-33-9601（健康づくり係） 0182-35-6374（健康の駅係）		
所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1 横手保健センター内		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/fukushi/1001149/1001310/1003115.html		
メールアドレス	kenkou@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時15分		
相談料	無料		
支援内容	●保健師等の相談（随時） 面接、電話、訪問など 自分や家族だけでは抱えきれない心の悩みをお話してみませんか。 ●若者支援事業 当時者グループ「つながりリング」 ※詳細は「④つながる仲間が欲しい」①（25ページ）をご覧ください。		

*上記以外で、皆さんの身近な相談場所は次のとおりです。保健師等がお話を伺います。

◆増田市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市増田町増田字土肥館173番地（増田庁舎）

電話：0182-45-5514 FAX：0182-45-5563

◆平鹿市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市平鹿町浅舞字覚町後138番地（平鹿庁舎）

電話：0182-24-1114 FAX：0182-24-3087

◆雄物川市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市雄物川町今宿字鳴田1番地（雄物川庁舎）

電話：0182-22-2157 FAX：0182-22-2184

◆大森市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市大森町字大中島268番地（大森庁舎）

電話：0182-26-2115 FAX：0182-26-3894

◆十文字市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市十文字町字海道下12番地5（十文字庁舎）

電話：0182-42-5114 FAX：0182-42-3672

◆山内市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市山内土剌字二瀬8番地4（山内庁舎）

電話：0182-53-2933 FAX：0182-53-2155

◆大雄市民サービス課 保健福祉係

住所：横手市大雄字三村東18番地（大雄庁舎）

電話：0182-52-3905 FAX：0182-52-3925

②話を聞いてほしい

②

事業所名	横手市障がい者基幹相談支援センター		
電話番号	0182-35-5781	F A X	0182-35-5782
所在地	〒013-0035 横手市平和町3-30 よねやMGビル1階		
ホームページ	https://www.kohseikai.com/facilities/kanan.html		
メールアドレス	kikan-nozomi@kohseikai.com		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/30～1/3）
相談時間	午前9時～午後4時30分		
相談料	無料		
支援内容	横手市内にお住まいの障がいのある方やそのご家族からのご相談に応じ、これからの生活について一緒に考え、必要な支援へお繋ぎいたします。 お電話、来所、訪問によるご相談が可能です。 まずはお電話にて、ご連絡ください。		
P R	・障がいの種別（身体・知的・精神・難病等）に関わらず、ご相談を伺います。 ・医療と繋がりたい、福祉サービスについて知りたい、就労に向かって一歩踏み出したい等どこに相談したらいいかわからないという場合でもご相談ください。 ・相談内容については秘密を守りますのでご安心ください。		

②話を聞いてほしい

③

事業所名	社会医療法人 興生会 横手興生病院		
電話番号	0182-32-2071	F A X	0182-32-2091
所在地	〒013-0016 横手市根岸町8-21		
ホームページ	https://www.kohseikai.com/departments/medical-consultation.html		
メールアドレス	kohsei@kohseikai.com		
実施日	月～土曜日 (土曜日は第1、3、5のみ)	休業日	第2・4土曜日・日祝日・ 8月13日・年末年始
相談時間	(月～金曜日) 午前8時30分～午後5時 (土曜日) 午前8時30分～12時		
相談料	医師への相談・・・診療報酬による 医療相談員への相談・・・無料		
支援内容	●医療相談室 医療相談員が無料で相談に応じます。 精神保健福祉士が医療や生活の不安について一緒に考えます。 秋田県精神科救急医療の県南地域拠点病院。 医療相談室では医療相談員が常勤しており、受診や各種制度の紹介など様々な相談にのってくれます。		
P R	どなたでもお気軽に相談ください。		



②話を聞いてほしい

④

事業所名	横手保健所（企画福祉課 調整・障害者チーム）		
電話番号	0182-32-4005	F A X	0182-32-3389
所在地	〒013-8503 横手市旭川1-3-46		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/genre/hira-fuku		
メールアドレス	hiraka-we@pref.akita.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時		
相談料	無料		

支援内容	●保健師による相談 随時 ※保健師が不在の場合がありますので、来所相談希望の場合は事前にお電話ください。 ●精神科医による専門相談 予約制 第2・4水曜日 午後2時～午後4時 ※医師の都合により、相談日や相談会場が変更になる場合があります。 精神保健及び精神障がいに関するあらゆる相談に対応。 本人のみでなく、家族、その他関係者からの相談も可能。
------	---

P R	精神保健や精神障がいに関して電話や来所での相談に応じています。 専門機関の紹介をはじめ個別に対応を行います。 家族、その他関係者からの相談も可能です。 必要に応じ家庭訪問も行っています。
-----	--



②話を聞いてほしい

⑤

事業所名	秋田県厚生農業協同組合連合会 平鹿総合病院 医療福祉相談室		
電話番号	0182-32-5121	F A X	0182-33-3200
所在地	〒013-8610 横手市前郷字ハツ口3-1		
ホームページ	https://www.hiraka-hp.yokote.akita.jp/hospital-section-consultation.shtml		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/30～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時		
相談料	無料		

支援内容	●医療福祉相談室 - 療養上の心配事についてソーシャルワーカーがご相談に応じます。 - 相談内容に応じて、院内の担当部署や院外の関係機関とも連携して対応いたします。 - ご相談を希望される方は、事前に電話予約をお願いいたします。 【相談内容（例）】 ●医療費や生活費について ●福祉制度について ●介護サービスや退院後の生活について ●健康保険制度など各種制度について ●その他、療養に関する不安や悩みについて 【相談場所】 相談をご希望の方は1階総合受付へお申し出ください。
------	--



1F

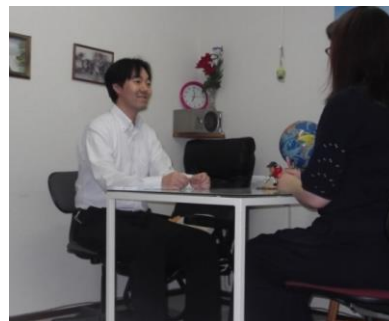
②話を聞いてほしい

⑥

事業所名	寺田心理教育研究所		
電話番号	0182-36-6280	F A X	0182-36-6280 (兼用)
所在地	〒013-0032 横手市清川町2-6		
メールアドレス	skterada@orion.ocn.ne.jp		
実施日	月～土曜日	休業日	日祝日
相談時間	午前9時～午後9時		
相談料	1時間程度 3,000円		

支援内容	●心理相談(個別カウンセリング) 人の中にある『自分自身で治す力』を引き出しながら問題解決にむけて一緒に取り組んでいきます。 ※事前に電話予約が必要です。 ※不在の場合はメールまたは留守番電話で対応します。 ・不安でいっぱい、どうしようもなく落ち込んでいる。話を聞いて欲しいときなど1回1時間程度の心理相談(個別カウンセリング)を行っています。 ・継続的な相談、1回だけの相談など、ご本人に合わせた最もいい関わり方をしていきます。 ・『自分らしく、楽に生きるにはどうすればいいのか』を一緒に考えていきたいと思えます。
------	--

P R	人は一人では生きていけないもの。過去に縛られたり、未来への不安など自らの「思い」を様々な人の輪に繋げていくお手伝いをします。
-----	---



②話を聞いてほしい

⑦

事業所名	秋田県子ども・女性・障害者相談センター		
電話番号	018-831-3946	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/71279		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談料	無料		

支援内容

秋田県子ども・女性・障害者相談センター（精神保健福祉センター）は、こころの健康の保持増進とこころの病をお持ちの方の福祉の増進を図るための機関です。

相談、研修、普及・啓発活動、精神保健福祉に関する事務などを行っています。

●こころの健康相談（来所相談）

保健師・心理職員等が面接相談に応じます。

実施日 月～金曜日

時 間 9：00～16：00（※あらかじめ電話予約が必要です。）

電 話 018-831-3946

人と上手につき合えない、眠れない日が続いている、ひきこもり状態になっているなどさまざまな不安やこころの悩みが生じた時はご相談ください。

一人で抱え込まず、まずはご相談ください。

じっくりとお話をお聴きし、お一人お一人にあったお手伝いができればと考えています。

●こころの電話相談

専門の相談員が電話相談に応じます。

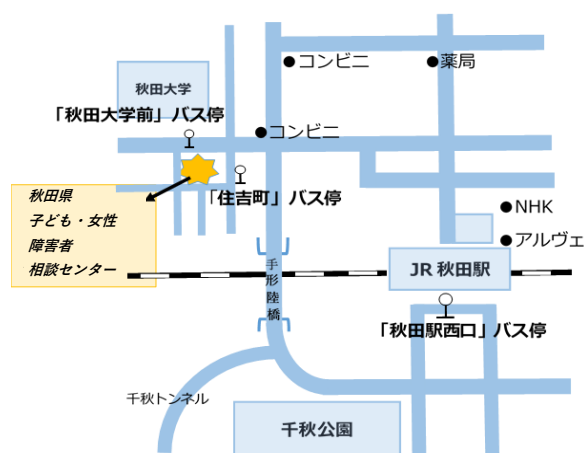
実施日 年末年始を除く毎日

時 間 （月～金曜日）9：00～16：00、（土日祝）10：00～16：00

電 話 018-831-3939

さまざまなこころの悩みを電話で相談したい時はご利用ください。

家庭のこと、学校のこと、その他人間関係の悩みなど、さまざまな相談を一期一会の気持ちでお聴きしています。



交通のご案内

■ バスでお越しの方

JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
桧山大回り線に乗り、「秋田大学前」
または「住吉町」で降車して徒歩2分。

■ JR秋田駅より徒歩でお越しの方 約15分

②話を聞いてほしい

⑧

事業所名	秋田県ひきこもり相談支援センター		
電話番号	018-831-2525	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号 (秋田県子ども・女性・障害者相談センター内)		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/7906		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始(12/29～1/3)
相談時間	午前10時～午後4時		
相談料	無料		

支援内容 ひきこもり相談支援センターでは、18歳以上のひきこもり状態にあるご本人やご家族の相談に応じ、これからのことを一緒に考えます。

一人で悩まず、まずはご相談ください

●電話・面接による個別相談

実施日 月～金曜日

時 間 10:00～16:00

電 話 018-831-2525

■ご自身がひきこもりかなと思う方へ

例えば次のような悩み、辛い気持ちを抱えておられる方はまずはお電話ください。

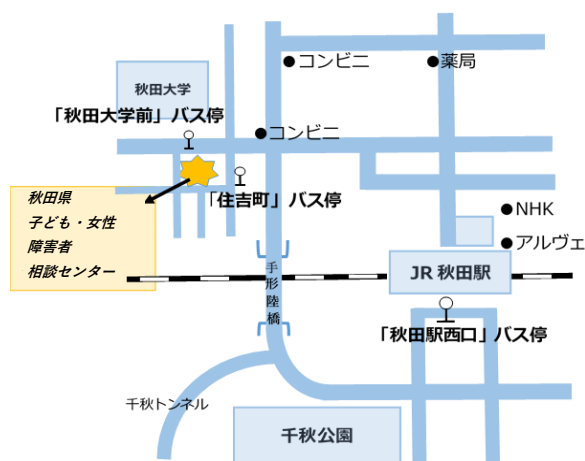
- ・人と話すのが苦手で外出できない
- ・他の人たちと合わせていけない
- ・こうしてはいられないと思うけど、一歩踏み出せない
- ・何かきっかけがほしい など

■ご家族の方へ

ご本人と共に苦しんでおられることと思います。誰かに話してみませんか。
まずはご家族に元気になってほしいと願っています。

P R

- ・面接相談は事前に予約が必要です。
- ・匿名での相談が可能です。
- ・秘密は厳守しますのでご安心ください。



交通のご案内

■バスでお越しの方

JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
桧山大回り線に乗車し、「秋田大学前」
または「住吉町」で降車して徒歩2分。

■JR秋田駅より徒歩でお越しの方 約15分

②話を聞いてほしい

⑨

事業所名	ほっこりの里
電話番号	080-4108-5378
所在地	〒013-0205 横手市雄物川町今宿字鳴田1 横手市役所 雄物川庁舎 コミュニティホール
ホームページ	なし
実施日	第4土曜日
営業時間	午後1時30分～午後3時30分

P R	● サロンは、ゆっくりとくつろいでいただくところです。 ● 楽しいこと、悩めること、何でも語り合い、心を癒していただくところです。 ● おしゃべりでストレス解消！出入り自由、無料です。 ● ほっこりの里は、メンタルヘルスサポーターの有志で運営しています。 地域の方の心の支えになりたいという思いで立ち上げたサロンです。 ほっこりの里へよりみちしてみませんか？
--------	--



②話を聞いてほしい

⑩

事業所名	コーヒーサロン「和生（なな）」
電話番号	090-4880-4319（月～金曜日 午後0時～午後2時）
所在地	〒013-0046 横手市神明町1-9 秋田県南部男女共同参画センター内
ホームページ	なし
実施日	第1・3火曜日
営業時間	午前10時～12時、午後1時～午後3時
P R	● サロンは、嬉しいこと、つらいこと何でも話し合い心を癒していただくところです。 ● 誰かとお話したい時にも・・・ぜひお越しください。 ● 秘密をお守りします。

⑪

事業所名	おおもりコーヒーサロン「和生（なな）」
電話番号	090-4880-4319（月～金曜日 午後0時～午後2時）
所在地	〒013-0514 横手市大森町字大中島276（大森地区交流センター）
ホームページ	なし
実施日	第2火曜日
営業時間	午後1時～午後3時
P R	● サロンは、嬉しいこと、つらいこと何でも話し合い心を癒していただくところです。 ● 誰かとお話したい時にも・・・ぜひお越しください。 ● 秘密をお守りします。



②話を聞いてほしい

⑫

事業所名	あなたの居場所
電話番号	090-1551-0023
所在地	〒013-0046 横手市神明町1-9 秋田県南部男女共同参画センター内
ホームページ	なし
メールアドレス	etutan_ta0215@yahoo.co.jp
実施日	毎週金曜日（第5金曜及び、祝日は除く）
相談時間	午後1時半～3時半（予約可）
相談料	利用料の100円を含む
支援内容	● 相談にいらした方お一人お一人の今の気持ちに寄り添い、話を聴きます。話を聴くことで、本人がこの先どう生きていったらいいのか、あるいは今問題になっていることを自ずから答えを見つけていけるよう、導きます。 ● またグループの中に身を置くことで、人は自ずと自分の姿に気づいていきます。気づくことで、今の自分に合った行動へと人はシフトしていくようです。（これをカール・ロジャースにおけるカウンセリングの分野では、成長と呼びます。）
P R	● 20年以上心理カウンセリングを行ってきた、プロのカウンセラーが常駐しております。またその軸にある教えの元、10年近くわたって共に学習してきた、もう一人の仲間もおります。
 	

②話を聞いてほしい

13

事業所名	横手市 こども・若者 相談窓口		
電話番号	0182-35-4056	F A X	
所在地	〒013-0036 横手市駅前町1-21		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/		
メールアドレス	kodomo-wakamono@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前9時～午後4時		

支援内容	◎対象：横手市民の方で20代くらいまでのこども・若者（ご本人・ご家族） ○いろいろな方法で相談できます。 ⇒来所、電話、メール、訪問などご本人やご家族の希望にそった形で対応します。 ○ふらっと来てください。 ⇒ちょっと疲れた時、登校前後のこころの充電、誰かと話したい、日中の居場所…相談員がいるので気軽に寄ってください。 ○1人で考えず、不安なこと、困ったことを一緒に考える仲間を増やしませんか？ ⇒自分たちだけではいい解決方法が見つからないとき、相談員と一緒に考えるだけでなく、地域にいる様々な専門家と繋がるサポートをします。 （教育、医療、保健、福祉、就労、余暇活動、生活サポート…など）
P R	◎相談員は、公認心理師や精神保健福祉士などの資格を持っています。 ◎電話やメールなど事前にご連絡いただくと、相談がスムーズにできます。 雨が降り始めたら傘を差すように、「こんな風にすれば落ち着くな」という方法を見つけるとまた歩き始めたとき、こころが軽くなります。 「こども・若者相談窓口」で一緒に探してみませんか。



③自宅以外の居場所が欲しい

①

事業所名	特定非営利活動法人 秋田県南NPOセンター		
電話番号	0182-33-7002	F A X	0182-33-7038
所在地	〒013-0046 横手市神明町1-9 秋田県南部男女共同参画センター内		
ホームページ	http://www.kennannpo.org		
メールアドレス	ssc7002@luck.ocn.ne.jp		
実施日	月～水曜日、金～日曜日	休業日	木曜日・祝日 年末年始（12/29～1/3）・臨時休館あり
開館時間	月～水曜日、金曜日 午前9時～午後6時 土日 午前9時～午後5時		
支援内容	秋田県南部男女共同参画センターの管理運営と南部市民活動サポートセンターの事業実施を行っているNPO法人です。		
P R	◎市民がいつでも自由に使えるオープンスペースと貸室があります。 ◎男女共同参画や市民活動に関する資料や図書、パソコンが利用できます。 ◎いろいろな情報収集や自分の活動について情報発信できます。 ◎市民活動を支援しているので、団体の情報・NPOの設立・助成金の申請などの相談にのってくれます。		
担当者から一言 開館日は午前9時～午後6時まで（土日は午後5時まで）自由に使えるスペースと親切なスタッフが待っています。ふらっと遊びに来てください。 ボランティア活動に興味のある人もどうぞ。			
【オープンスペース】 			
【図書コーナーやパソコンもあります】  			

③自宅以外の居場所が欲しい

②

事業所名	社会医療法人 興生会 地域生活支援センター のぞみ		
電話番号	0182-35-5781	F A X	0182-35-5782
所在地	〒013-0035 横手市平和町3-30 よねやMGビル1階		
ホームページ	https://www.kohseikai.com/cn12/Community-life-support-center.html		
メールアドレス	nozomi@kohseikai.com		
実施日	毎日	休業日	年末年始（12/30～1/3）（変動あり）
開館時間	午前10時～午後4時30分		
支援内容	●地域活動支援 地域で暮らす皆さんの活動の場として、地域ルームを開放しています。 毎月行事を計画し、参加者の皆さんと楽しいひと時を過ごしています。		
P R	●体を動かしたい方は ★ソフトバレーボール練習 毎月第1・3火曜日（横手南小学校体育館）18：00～ ★ソフトボール練習 5月～10月第1・3日曜日（本郷第一公園） 9：00～ ●じっくり取り組み心を落ち着かせたい方は ★書道教室 毎月第2・4土曜日 13：30～ ★折紙教室 毎月第2金曜日 10：00～ ★リフレッシュタイム（脳トレ・塗り絵等） 日程は行事カレンダーによります。詳細はお問い合わせ下さい。 ●人と交流したい方は ★いこいの広場（夕食会） 毎月第2火曜日 16：00～ ★リ・ボーン（職場定着のための集い） 毎月第2水曜日 17：30～ ★映研＆茶話会（映画鑑賞し、感想を語り合う集い） 毎月第3日曜日 13：30～ ※特に場所の指定が無い行事は地域生活支援センターのぞみで開催します。 ※月によって予定が変更になる場合がありますので、事前にお問い合わせ下さい。		



③自宅以外の居場所が欲しい

③

施 設 名	道の駅 十文字		
電 話 番 号	0182-23-9320	F A X	0182-42-3847
所 在 地	〒019-0529 横手市十文字町字海道下21-4		
ホームページ	https://mamederaga.com		
実 施 日	毎日	休 業 日	元日
開 館 時 間	24時間開館 （営業時間：午前9時～午後6時 冬期時間短縮あり）		
支 援 内 容	●交流・休憩ホールは24時間開放されています。 フードコート、コンビニエンスストアもあります。		
P R	みなさん、遊びに来てたんせ !!		



③自宅以外の居場所が欲しい

□ 図書館

④

施設名	横手図書館		
電話番号	0182-32-2662	F A X	0182-32-5830
所在地	〒013-0036 横手市駅前町2番12号（Ao-na内）		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004540.html		
メールアドレス	yokotetoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	一般図書フロア 午前10時～午後9時 児童図書フロア 午前10時～午後7時	休館日	毎月最初の平日・ 年末年始（12/30～1/2）・ 特別整理期間

⑤

施設名	増田図書館		
電話番号	0182-45-5559	F A X	0182-45-5562
所在地	〒019-0701 横手市増田町増田土肥館173（増田庁舎1階）		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004532.html		
メールアドレス	masudatoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	午前10時～午後6時	休館日	火曜日・毎月最初の平日・ 年末年始（12/29～1/3）・ 特別整理期間

⑥

施設名	平鹿図書館		
電話番号	0182-24-3281	F A X	0182-24-3335
所在地	〒013-0105 横手市平鹿町浅舞字覚町後138（平鹿庁舎内）		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004700.html		
メールアドレス	hirakatoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	午前10時～午後6時	休館日	火曜日・毎月最初の平日・ 年末年始（12/29～1/3）・ 特別整理期間

⑦

施設名	雄物川図書館		
電話番号	0182-22-2300	F A X	0182-22-2301
所在地	〒013-0205 横手市雄物川町今宿字鳴田133		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004537.html		
メールアドレス	omonogawatoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	午前10時～午後6時	休館日	水曜日・毎月最初の平日・ 年末年始（12/29～1/3）・ 特別整理期間

③自宅以外の居場所が欲しい

□ 図書館

⑧

施設名	大森図書館		
電話番号	0182-56-4180	F A X	0182-56-4182
所在地	〒013-0516 横手市大森町字東中島141-2（大森総合学習センター2階）		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004534.html		
メールアドレス	omoritoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	午前10時～午後6時	休館日	火曜日・毎月最初の平日・ 年末年始（12/29～1/3）・ 特別整理期間

⑨

施設名	十文字図書館		
電話番号	0182-42-1345	F A X	0182-42-1849
所在地	〒019-0522 横手市十文字町字西上24-1		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shisetsu/1001527/1004533.html		
メールアドレス	jumonjitoshokan@city.yokote.lg.jp		
開館時間	午前10時～午後6時	休館日	水曜日・毎月最初の平日・ 年末年始（12/29～1/3）・ 特別整理期間



【増田図書館】

③自宅以外の居場所が欲しい

⑩

事業所名	横手市生涯学習館Ao-na（あおーな）		
電話番号	0182-32-2662	F A X	0182-32-5830
所在地	〒013-0036 横手市駅前町2－12		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/ao-na		
メールアドレス	ao-na@city.yokote.lg.jp		
開館時間	1階 コミュニティスクエア	午前 9時～午後10時	
	2階 横手図書館一般図書フロア	午前10時～午後 9時	
	3階 横手図書館児童図書フロア	午前10時～午後 7時	
休館日	年末年始（12/30-1/2）、館内メンテナンスの臨時休館あり		
	※2階、3階については、「横手図書館」をご確認ください。		

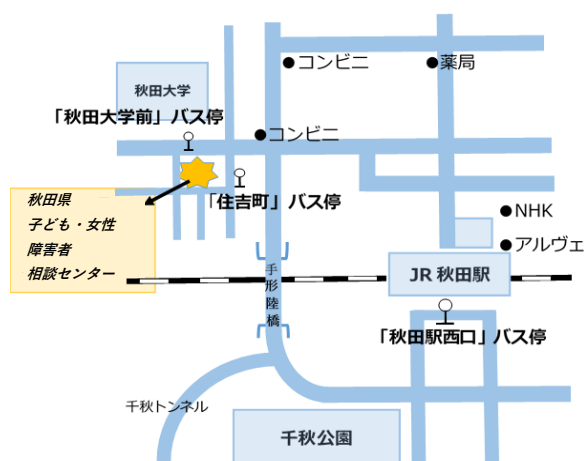


③自宅以外の居場所が欲しい

①

事業所名	秋田県ひきこもり相談支援センター		
電話番号	018-831-2525	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号 (秋田県子ども・女性・障害者相談センター内)		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/7906		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始(12/29～1/3)
相談時間	午前10時～午後4時		
相談料	無料		

支援内容	ひきこもり相談支援センターでは、本人の会・家族の会を実施しています。 参加を希望される方はお気軽にお問い合わせください。 ●青年グループ（ご本人のつどい） 同世代の仲間とさまざまな活動（ゲーム、料理、散歩など）や交流したりする場です。 対象者：18～39歳くらいのひきこもり状態にあるご本人で、当センターで参加可能と認めた方 日 時：原則毎月第2水曜日14:00～16:00 ●にじの会（ご家族のつどい） ご家族さん同士がお互いに相談しながら、ご本人への理解を深め対応を学ぶ集まりです。 対象者：18歳以上のひきこもり状態にある方のご家族さん 日 時：原則毎月第4水曜日14:00～15:30
------	---



交通のご案内

- バスでお越しの方
JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
檜山大回り線に乗車し、「秋田大学前」
または「住吉町」で降車して徒歩2分。
- JR秋田駅より徒歩でお越しの方
約15分

③自宅以外の居場所が欲しい

⑫

事業所名	あなたの居場所
電話番号	090-1551-0023
所在地	〒013-0046 横手市神明町1-9 秋田県南部男女共同参画センター内
ホームページ	なし
メールアドレス	etutan_ta0215@yahoo.co.jp
実施日	毎週金曜日（第5金曜及び、祝日は除く）
相談時間	午後1時半～3時半（予約可）
支援内容	● 暴力以外、何をしてもOK！ 隅っこに座っているだけでもOK！ ● 本を読む、マンガを読む、宿題をする、絵を描く、お弁当を食べる、お菓子を食べる、人と話をする、自分は話さないで人の話をきく、内職をする、お茶を飲む、居眠りをする、人に話を聴いてもらう…etc.
P R	● こんなことしても大丈夫なの？って、来た方がびっくりするくらい、自由な空間です。 ● ただし自由の中には責任があるということ、それも感じとってほしい。 覗き見大歓迎、こちらからは声をかけません。



④つながる仲間が欲しい

①

事業所名	横手市役所 市民福祉部 健康推進課 健康の駅係		
電話番号	0182-35-2127	F A X	0182-35-6374
所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1 横手保健センター内		
メールアドレス	kenkou@city.yokote.lg.jp		
実施日	月1回 第4木曜日	休業日	土日祝日・年末年始(12/29~1/3)
実施時間	午後1時30分~午後2時30分		
活動内容	●若者支援事業 当事者グループ 「つながりリング」 横手市内に在住する18歳~39歳の方で、対人関係に悩み、ひきこもりがちな生活を送っている方の支援をしています。この事業は、同じような悩みをもつ仲間(当事者)が集い、悩みを打ち明ける場(居場所)を作ることから始まりました。 平成23年9月より「つながりリング」というグループ名で現在は月1回程度グループミーティングを実施しています。ミーティングにはメンバーのほか、保健師等がスタッフとして参加し、約1時間の話し合いをしています。 同じような悩みを抱える仲間とつながれるよい機会です。 「仲間づくり」をしたいと思っている方は、ご参加ください。 ★「つながりリング」に参加するためには・・・ ミーティングへの参加を希望される方は、事前に担当保健師が面接を行います。健康状態や悩みの内容等を考慮し、参加可否についての判断をいたします。		

④つながる仲間が欲しい

②

団 体 名	横手エンカレッジの会（代表 鈴木長男）
電 話 番 号	０１８２－３６－４１１２
所 在 地	〒013-0036 横手市駅前町１０－１０（すすき皮膚科クリニック２階会議室）
ホームページ	http://www.suzuki-hifuka-clinic.com
実 施 日	月１回 ※事前に電話で開催日の確認が必要
実施時間	（月～金曜日）午後７時３０分～午後９時３０分
活 動 内 容	◎アドラー心理学による自助（助け合うグループ）です。どんな困りごと（特に人間関係）の相談にも応じます。どんな問題でも、解決をめざし参加者全員で学び、援助することを目指しています。【有料】２００円

P	R	◎支援内容 ・横手エンカレッジの会は、アドラー心理学による自助(助け合う)グループです。 ・どんな困りごと(特に人間関係)の相談にも応じます。 ・話したくない人は、何も話さなくてOKです。 ・継続的に出席することで、自分で問題解決の方法を学ぶことができます。 ・秘密厳守で、会での話の内容の口外は禁止です。 ・すすき皮膚科クリニックのHPにも載っています。通院していない方の参加も勿論OKです。 ・参加資格は高校生以上です。 ・乳幼児の保育はありませんので、預かってお出でください。 ・遅刻早退自由です。 ・急な開催日の変更がある時がありますので、出席される際は、当日すすき皮膚科クリニックに電話でご確認ください。 ◎担当者から一言 どんな問題でも、解決を目指し、参加者全員で学びつつ、援助することを目指しています。
---	---	--



④つながる仲間が欲しい

③

団 体 名	ヒューマニティ コミュニケーション（コミュニティ 煉瓦屋）		
電 話 番 号	0182-33-2811 不在時：090-2996-9804（小松）		
所 在 地	〒013-0025 横手市寿町6-16 煉瓦屋内		
ホームページ	http://yokoterengaya.web.fc2.com		
メールアドレス	yokoterengaya@yahoo.co.jp		
実 施 日	下記のとおり	休 業 日	不定休
実施時間	随時		
相 談 料	無料		

活 動 内 容	◎ 社会教育・地域振興・若者自立支援などを目指して活動しているNPOです。 音楽に限らず、「文化」としてそれぞれの立場で努力や研究をしている方々が、講演やコンサートなど様々な催しを企画して楽しんでいます。 ボランティアによるライブ活動も行っております。 「自然を愛する皆さんの集い」 毎月第4日曜日 昼12時30分開場 ※「自然」= あるがままの姿や心のこと 「歌の好きな人集まれ」 毎月第4日曜日 昼12時30分開場 「楽器・歌の練習」 毎週月曜日 午後1時30分から 「ピアノに合わせて歌いましょう」 毎週水曜日 午前10時から 「コミュニティフレンズの練習会」 毎週水曜日 午後1時30分から *その他、小グループごとに練習を行っています。現在5グループ程活動中です		
	どなたでも参加できます。視野を広めたり、友だち作りにはピッタリです。 唱歌から歌謡曲・カンツォーネ・ラテンまで、ジャンル・歌・楽器など様々、初心者から上手な方まで、お気に入りの曲をリクエストしてチャレンジできます。 機材を充実させ、はりきって運営しております。ご利用者の皆さんも、今まで以上に練習に励んでおります。		
P R			

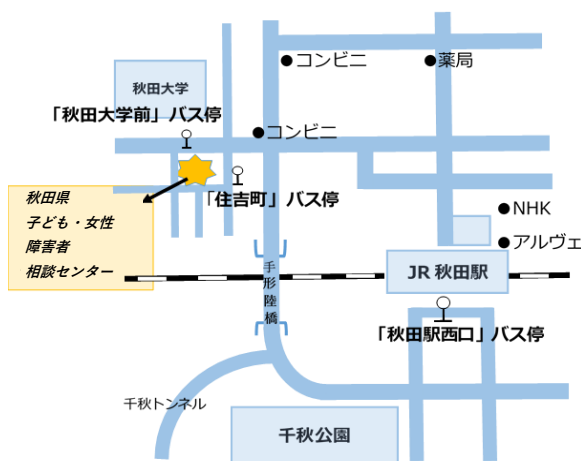


④つながる仲間が欲しい

④

事業所名	秋田県ひきこもり相談支援センター		
電話番号	018-831-2525	F A X	018-831-2306
所在地	〒010-0864 秋田市手形住吉町3番6号 (秋田県子ども・女性・障害者相談センター内)		
ホームページ	https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/7906		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始(12/29～1/3)
相談時間	午前10時～午後4時		
相談料	無料		

支援内容	ひきこもり相談支援センターでは、本人の会・家族の会を実施しています。 参加を希望される方はお気軽にお問い合わせください。 ●青年グループ（ご本人のつどい） 同世代の仲間とさまざまな活動（ゲーム、料理、散歩など）や交流したりする場です。 対象者：18～39歳くらいのひきこもり状態にあるご本人で、当センターで参加可能と認めた方 日 時：原則毎月第2水曜日14:00～16:00 ●にじの会（ご家族さんのつどい） ご家族さん同士がお互いに相談しながら、ご本人への理解を深め対応を学ぶ集まりです。 対象者：18歳以上のひきこもり状態にある方のご家族さん 日 時：原則毎月第4水曜日14:00～15:30
------	---



交通のご案内

- バスでお越しの方
JR秋田駅西口よりバスで10分
手形山大学病院線、秋田温泉線、
櫛山大回り線に乗り、「秋田大学前」
または「住吉町」で下車して徒歩2分。
- JR秋田駅より徒歩でお越しの方
約15分

⑤人の役に立ちたい

①

事業所名	社会福祉法人 横手市社会福祉協議会		
電話番号	0182-36-5377 (代表)	F A X	0182-36-5388
所在地	〒013-0072 横手市卸町5-10 卸町ビル2階		
ホームページ	https://www.yokote-shakyo.jp		
メールアドレス	tiiki@yokote-shakyo.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時30分		

支援内容	●ボランティア活動推進事業 ボランティア活動に関する相談・啓発活動やボランティア活動者・団体の支援、災害時や降雪時のボランティア受け入れ等を行っています。 《主な支援内容》 ボランティア活動の支援や相談対応、ボランティア活動保険の加入手続き事務、ボランティア情報の発信、ボランティアの育成・情報交換会等の開催、活動拠点・場所の支援、除雪ボランティア・災害ボランティアの受け入れなど ※ボランティアに関する相談や各種手続き等は、各地域の福祉センターでも対応しています。
P R	誰もが安心して暮らせる地域づくりには、地域住民の支えあいと共に、ボランティアも大きな役割を果たしています。 地域福祉活動の応援者として、ご自身の趣味や特技を活かしてみませんか。



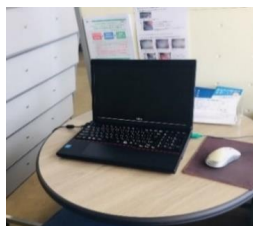
【市民や企業、学生等による除雪ボランティア活動】



【子どもの遊び相手】

⑤人の役に立ちたい

②

事業所名	特定非営利活動法人 秋田県南NPOセンター		
電話番号	0182-33-7002	F A X	0182-33-7038
所在地	〒013-0046 横手市神明町1-9 秋田県南部男女共同参画センター内		
ホームページ	http://www.kennannpo.org		
メールアドレス	ssc7002@luck.ocn.ne.jp		
実施日	月～水曜日、金～日曜日	休業日	木曜日・祝日・ 年末年始（12/29～1/3）・臨時休館あり
開館時間	月～水曜日、金曜日 午前9時～午後6時 土日 午前9時～午後5時		
支援内容	秋田県南部男女共同参画センターの管理運営と南部市民活動サポートセンターの事業実施を行っているNPO法人です。		
P R	◎市民がいつでも自由に使えるオープンスペースと貸室があります。 ◎男女共同参画や市民活動に関する資料や図書、パソコンが利用できます。 ◎いろいろな情報収集や自分の活動について情報発信できます。 ◎市民活動を支援しているので、団体の情報・NPOの設立・助成金の申請などの相談にのってくれます。		
担当者から一言 開館日は午前9時～午後6時まで（土日は午後5時まで）自由に使えるスペースと親切なスタッフが待っています。ふらっと遊びに来てください。 ボランティア活動に興味のある人もどうぞ。			
【オープンスペース】  【図書コーナーやパソコンもあります】  			

⑥収入がなく生活が苦しい

①

事業所名	秋田県南若者サポートステーションよこて		
電話番号	0182-23-5101	F A X	0182-23-5102
所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1 すこやか横手1階		
ホームページ	https://www.sapoyoko.jp		
実施日	月～火曜日、木～土曜日	休業日	水日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前10時～午後5時		

支援内容	●自立相談支援 15歳から49歳の無業者の方とその家族を支援対象とし、就職活動に悩みを抱えている若者の職業的自立に向けた様々な支援を行います。 ●個人面談 ●スキルアップセミナー ●職場体験・職場見学
------	--

P R	厚生労働省が2006年から実施している「地域若者サポートステーション事業」の一環として、就労(就職)を希望する県南部の若者一人一人に応じた適切な支援を行います。「働きたいけどどうしたらいいのかわからない」「ブランクが長く、働く自信がない」「人との会話が苦手」「面接でうまく答えられない」など、職に就くための活動で悩んでいる方やそのご家族をサポートします。
-----	--



サポステ外観

サポステ内の様子



⑥収入がなく生活が苦しい

②

事業所名	横手市自立相談支援窓口		
電話番号	0182-32-6101	F A X	0182-33-7838
所在地	〒013-8601 横手市中央町8-2 横手市役所本庁舎1階		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/003/189/000154765.pdf		
メールアドレス	yokote-ksd@grace.ocn.ne.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前9時～午後5時		
支援内容	●自立相談支援 一人ひとりの状況に合わせた支援プランを作成し専門の支援員が相談者に寄り添いながら他の専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。 ●住居確保給付金の相談 離職などにより住居を失った方、または失うおそれの高い方に、就職に向けた活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。		
P R	相談者一人ひとりの課題に寄り添いながら、継続的に支援させていただきます。 関係機関への同行支援、出張相談も行っております。 まずはご相談を、相談無料、秘密厳守。		



生活困窮者自立相談支援機関 横手市自立相談支援窓口ってどんなところ？



何をするとところ？

生活の悩みや、経済的な困りごとを抱えている方に対して相談員と一緒に考えて、整理しながら生活の立て直しや困りごとの解決のお手伝いをするところ。就労支援や家計相談などの支援方法があります。



どういう人が対象？

横手市在住で、経済的に困窮している方、ひきこもりや孤立状態にある方、仕事に就けない方、困っているのに誰に相談して良いか分からない方などが対象で、年齢の制限はありません。（生活保護受給中の方は対象外です。）



就労支援とは？

就労に向けた準備が整っているものの、求職活動をしてなかなか採用に至らないといった方に対し、ハローワークの就職支援ナビゲーターと連携を取って就労支援を行います。



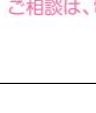
家計相談とは？

家計状況を「見える化」して根本的な課題を把握し、相談者が自ら家計のやりくりができるようにアドバイスします。状況に応じて法律に関する専門機関へつなぎ、早期の生活再生を支援します。



住居確保給付金とは？

離職等により住居を失ったり、住居を失うおそれの高い方には、就職に向けた活動などを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。生活の土台となる住居を整えた上で、就職に向けた支援を行います。



食料支援とは？

フードバンクあきた様との協定により、食べものがない方には、支援のつなぎとして食品の提供を行っております。

ご相談は、電話等でご予約ください。相談員がご家庭を訪問することも可能です。お気軽にご連絡ください。

⑥収入がなく生活が苦しい

③

事業所名	横手市役所 市民福祉部 社会福祉課 生活福祉係		
電話番号	0182-35-2156	F A X	0182-32-9709
所在地	〒013-8601 横手市中央町8-2 市役所本庁舎4階		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/fukushi/1001155/index.html		
メールアドレス	shakaifukushi@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時15分		
支援内容	●生活保護 世帯の収入、資産、各種援助制度を活用しても最低限度の生活を維持できない方を保護します。 （生活費や家賃・医療費・介護保険サービス利用料など）		



⑦仕事を探している

①

事業所名	ハローワーク横手		
電話番号	0182-32-1165		
所在地	〒013-0033 横手市旭川1丁目2-26		
開庁日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始
開庁時間	午前8時30分～午後5時15分 (相談に要する時間を考慮して、早めのご来所をお願いします)		
支援内容	●職業相談 窓口では、求職活動に関するさまざまな相談をお受けしています。 労働市場情報・求人情報の提供、求人検索の案内、求人票内容の説明等の他、就職活動セミナーも開催していますのでご利用ください。 また、応募の準備に当たっては、履歴書・職務経歴書の添削指導や模擬面接等も実施しています。 ●職業紹介 職業相談を行い応募することが決まれば、ハローワークが求人事業所と応募の調整を行い、紹介状を交付します。 ●職業訓練のあっせん 希望する職業に就くために必要なスキルや知識を習得することができる制度です。また、雇用保険受給中の方や、一定要件を満たす求職者の方については、給付を受けながら訓練を受講できる制度があります。職業訓練受講や給付金については各種要件がありますので、職業相談窓口へお問合せください。 ●求人情報の公開 『求人情報検索システムコーナー』 求人検索システムを使用して自分の希望条件に合う求人を検索でき、その求人票を検索したり、印刷したりすることができます。 『フレッシュ求人コーナー』 最新の求人情報を庁舎内に掲示しています。 『週刊求人情報』の発行 1週間分のフルタイムおよびパートの求人情報一覧表を、週1回金曜日の午後に発行しています。 『ハローワークインターネットサービス』 https://www.hellowork.mhlw.go.jp/ 全国のハローワークで受理したインターネット掲載希望の求人情報を、ご自身のパソコン・スマホ・タブレット等から見るすることができます。		

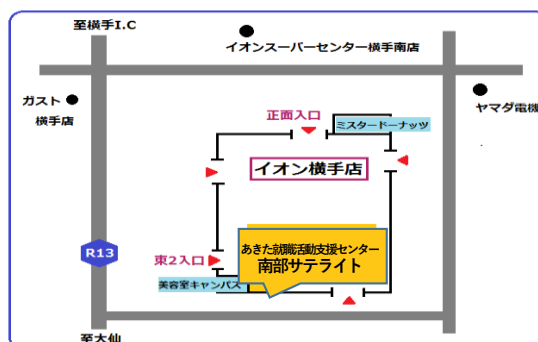
⑦仕事を探している

②

事業所名	公益財団法人 秋田県ふるさと定住機構 あきた就職活動支援センター 南部サテライト		
電話番号	0182-35-6005	F A X	0182-36-0500
所在地	〒013-0043 横手市安田字向田147 イオン横手店2階		
ホームページ	https://syukatsu-akita.jp		
メールアドレス	info@syukatsu-akita.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始
相談時間	午前9時30分～午後5時30分（受付は午後5時まで）		
支援内容	◎支援内容 就職や進路に関する悩みや疑問を抱える方に、カウンセラーがハローワークと連携し、キャリアカウンセリングや職業適性診断、職務経歴書の書き方等のアドバイスをいたします。情報検索もできます。 ◎こんなことも メールでも相談できます。 ホームページトップ下側の「Web相談」から入っていただき、「■予約方法」をご確認いただき、お電話やメール入力フォームからご相談ください。 ◎相談担当者から一言 具体的に就職活動中の方、まだそこまで進めず不安や悩みを抱えている方、まずはあなたの『今』を話に気軽においでください。		
P R	キャリアコンサルタントがハローワークと連携し、キャリアカウンセリングや職業適性診断、履歴書や職務経歴書の書き方等のアドバイスをいたします。情報検索もできます。		



アクセス



⑦仕事を探している

③

事業所名	横手市役所 商工観光部 商工労働課		
電話番号	0182-32-2115	F A X	0182-32-4021
所在地	〒013-8601 横手市中央町8番12号 ふれあいセンターかまくら館5階		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/shigoto/1001162/index.html		
メールアドレス	shoko@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
相談時間	午前8時30分～午後5時15分		
支援内容	●求職者を対象とした就職面接会の開催 ●起業創業の相談 ●内職の相談・あっせん		



【就職面接会の様子】

⑦仕事を探している

④

事業所名	社会福祉法人 慈泉会 ネット横手 障害者就業・生活支援センター		
電話番号	0182-23-6281	F A X	0182-23-6282
所在地	〒013-0068 横手市梅の木町8番5号 サンワーク・ネット横手内		
ホームページ	https://akitakennan-nakapotu.jp/yokote.html		
メールアドレス	sun.net@sunwork-rokugo.jp		
実施日	月～金曜日、第1・3土曜日	休業日	第2・4・5土曜日・日祝日・ 年末年始（12/30～1/3）
受付時間	午前9時～午後3時		
相談料	無料		
支援内容	○就労を目指す方 まずはじっくりお話を聞いて、どのような支援が必要か一緒に考えていきましょう。 職場実習や企業開拓のお手伝いをします。 ○就労をしている方 仕事上で抱えている悩み、余暇の過ごし方、いろいろな手続きに困っている等 まずはお電話でお問い合わせください。 相談を希望される場合は事前に予約が必要です。		
P	R	○就業・生活支援ワーカーが職業生活上の自立や日常生活・社会生活の支援をします。	



⑦仕事を探している

⑤

事業所名	秋田県南若者サポートステーションよこて		
電話番号	0182-23-5101	F A X	0182-23-5102
所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1 すこやか横手1階		
ホームページ	https://www.sapoyoko.jp/		
実施日	月～火曜日、木～土曜日	休業日	水日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前10時～午後5時		

支援内容	●自立相談支援 15歳から49歳の無業者の方とその家族を支援対象とし、就職活動に悩みを抱えている若者の職業的自立に向けた様々な支援を行います。 ●個人面談 ●スキルアップセミナー ●職場体験・職場見学
------	---

P R	厚生労働省が2006年から実施している「地域若者サポートステーション事業」の一環として、就労(就職)を希望する県南部の若者一人一人に応じた適切な支援を行います。「働きたいけどどうしたらいいのかわからない」「プランクが長く、働く自信がない」「人との会話が苦手」「面接でうまく答えられない」など、職に就くための活動で悩んでいる方やそのご家族をサポートします。
-----	--



サポステ外観

サポステ内の様子



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

①

事業所名	社会福祉法人 横手市社会福祉協議会		
電話番号	0182-36-5377 (代表)	F A X	0182-36-5388
所在地	〒013-0072 横手市卸町5-10 卸町ビル2階		
ホームページ	https://www.yokote-shakyo.jp		
メールアドレス	tiiki@yokote-shakyo.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時30分		
支援内容	●困りごと相談 日常生活上の様々な困りごとについての相談に対応し、住民や地域の関係者、専門機関との連携による支援を行います。 （相談窓口） ◆地域福祉課 横手市卸町5-10 卸町ビル2階 電話：0182-36-5377 ◆十文字福祉センター 横手市十文字町梨木字御休ノ上29 電話：0182-42-5858 ◆山内福祉センター 横手市山内土淵鶴ヶ池31-3 電話：0182-53-3009 ◆大雄福祉センター 横手市大雄字大関310 電話：0182-52-3311 ●資金貸付事業の実施 低所得世帯や要援護者世帯等に対して、安定した生活や経済的な自立につながるよう必要な資金を貸付しています。（たすけあい資金、生活福祉資金） ◆対象者 低所得世帯、高齢者世帯、障がい者世帯、失業された生計中心者など ◆資金使途 公的給付等の支給までの生活費、入院・療養・介護等にかかる費用、進学・就職時の費用、生業を営むための費用、技能習得費用、福祉用具や障がい者用自動車の購入費、住居の移転費用など ※資金を借りるためには様々な条件があります。 ●除雪支援活動の実施 自力での除雪が困難な世帯を対象に、学生やボランティア、町内会、共助組織等の協力により除雪支援活動を行います。 ◆対象者 単身高齢者世帯、高齢者世帯、障がい者世帯、ひとり親世帯などで除雪が困難な世帯		
P R	困りごとや不安なことがありましたらご相談ください。皆様と一緒に困りごとなどを整理し、関係機関と協力しながら必要なお手伝いをさせていただきます。		

⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

②

事業所名	横手市ふくしの窓口		
電話番号	0182-32-6101	F A X	0182-33-7838
所在地	〒013-8601 横手市中央町8番2号		
メールアドレス	fks-madoguchi@yokote-shakyo.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時30分		
	●自立相談支援事業 生活の悩みや、経済的な困りごとを抱えている方に対して相談員と一緒に考えて、整理しながら下記の支援などにより、生活の立て直しや困りごとの解決のお手伝いをするところです。 ◆就労支援 就労に向けた準備が整っているものの、求職活動を行っても、なかなか採用に至らないなどの方に対し、就労支援を行います。 ◆就労準備支援 「就労のプランクがある」「人との関わりが苦手」など仕事につけず不安のある方に一定期間のプログラムに沿って基礎能力を養いながら、就職に向けた支援を行います。 ◆家計相談 家計状況を「見える化」して根本的な課題を把握し、相談者が自ら家計のやりくりができるようにアドバイスをし、早期の生活再生を支援します。 ◆住居確保給付金の相談 離職等により住居を失うおそれのある方など、就職に向けた活動などを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。 ◆食料支援 食べるものがない方には、支援のつなぎとして、必要に応じて食品の提供を行っております。 ●権利擁護支援センター 判断能力に不安のある方々からの相談を受け、日常生活に必要なお金の出し入れなどの金銭管理や福祉サービスの利用援助などにより、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう支援します。 ●成年後見支援センター 本人やご家族、支援関係者から、成年後見制度の利用や権利擁護を目的とした相談を受け、制度を利用する場合は利用の申立てを支援します。		
P R	専門スタッフがあなたの悩みに寄り添い、問題解決に向けて、ひとつひとつ一緒に整理していきます。 横手市在住であれば、どなたでも相談でき、関係機関への同行や出張相談も行っております。相談無料で秘密厳守なので安心してご相談ください。		

⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

③

事業所名	社会医療法人 興生会 地域生活支援センター のぞみ		
電話番号	0182-35-5781	F A X	0182-35-5782
所在地	〒013-0035 横手市平和町3-30 よねやMGビル1階		
ホームページ	https://www.kohseikai.com/cn12/Community-life-support-center.html		
メールアドレス	nozomi@kohseikai.com		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝・年末年始(12/30～1/3)(変動あり)
実施時間	午前9時～午後4時30分		
相談料	無料		

支援内容	●障がい者相談支援事業（地域生活支援事業） 日々の暮らしの困りごと等、精神保健福祉士が相談をお伺いします。 ●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 障害福祉サービスの利用希望の方に対して、相談支援専門員が相談をお伺いします。
------	---

P R	地域で生活している皆さんの日常生活の困りごとや悩みに、面接や電話で相談をお伺いします。 「日中活動できる場所を探している」 「就労訓練に興味がある」 「親亡き後の子どもの生活が心配だ」等… お話を伺い、困りごとや悩みが解決に向かうよう、スタッフ一同、お手伝いさせていただきます。
-----	--



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

④

事業所名	社会福祉法人 秋田県社会福祉事業団 阿桜園		
電話番号	0182-32-6085	F A X	0182-32-7359
所在地	〒013-0064 横手市赤坂字仁坂105		
ホームページ	https://www.fukinoto.or.jp/azakura/		
メールアドレス	azakuraen@fukinoto.or.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前9時～午後5時		
相談料	無料		

支援内容	●障がい者相談支援事業（地域生活支援事業） 相談支援専門員が相談に応じ、地域生活支援を行います。 ●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 障害福祉サービスの利用希望の方に対して、相談支援専門員が相談をお伺いします。
P R	障がいのある方やそのご家族の方等からのさまざまなご相談をお受けし、障がい福祉サービスの説明や利用手続き、余暇活動、福祉的就労、生活の悩み等、地域生活を送る中でのお手伝いをさせていただきます。電話でのご相談や来所相談、訪問相談等、ご要望に応じて対応させていただいておりますので、お気軽にご相談ください。

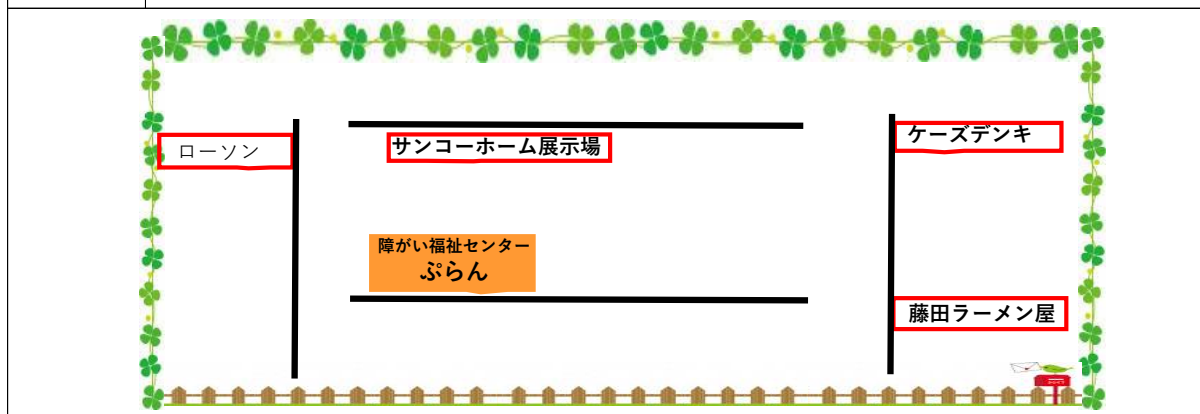


⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑤

事業所名	一般社団法人 よこて地域福祉研究会 障がい福祉センター ぷらん		
電話番号	0182-23-5861	F A X	0182-23-5862
所在地	〒013-0063 横手市婦気大堤字婦気前235-6		
メールアドレス	plan@welfare-plan-yokote.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/30～1/4）
相談時間	午前8時30分～午後5時30分		
相談料	無料		

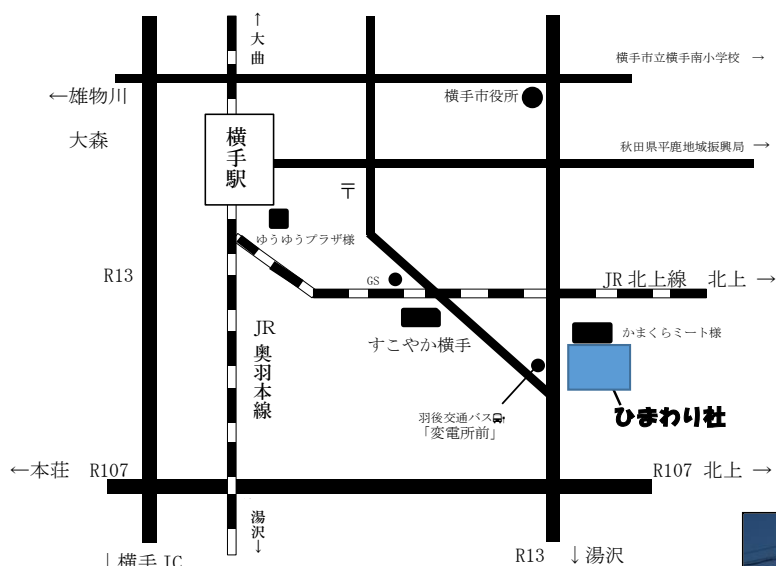
支援内容	●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 知的・身体・精神・児童福祉等に関する様々な困りごとについて、ご本人やご家族からの相談に応じ、必要な情報提供、サービス利用に向けて、総合的にお手伝いします。 《ご支援内容》 *障害福祉サービス利用支援 障害福祉サービス等の利用に向け、ご本人に適した計画作成および事業所の調整やご案内を行います。 *継続サービス利用支援 定期的にご自宅等にお伺いして、福祉サービス利用後の生活の様子やご相談、必要に応じてサービス提供事業所等との話し合い等します。
P R	～地域で暮らすあなたの伴走者に～ 長い人生お一人お一人がその人らしく、ご自分の人生を歩き進むことに寄り添う支援を目指しております。 幼児から高齢者の方まで、いろいろな生活の障壁を抱え、生きづらさを感じている方のお話をお伺い、福祉サービス利用のお手伝いをいたします。 秘密は厳守いたします。



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑥

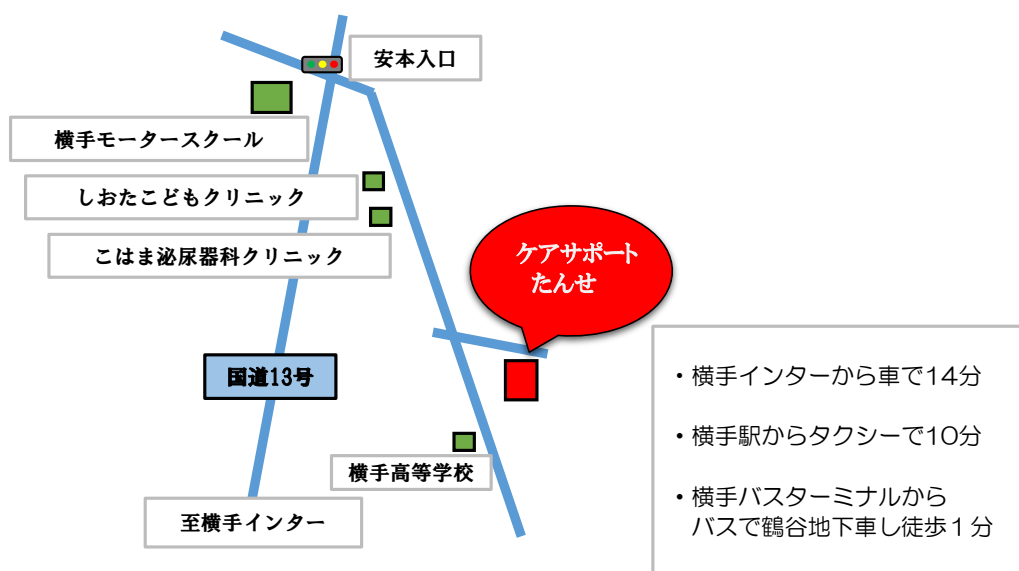
事業所名	社会福祉法人 ファミリーケアサービス 障害者支援施設 ひまわり社		
電話番号	0182-23-9310	F A X	0182-33-5353
所在地	〒013-0044 横手市横山町3-12		
ホームページ	http://www.family-care-service.com/himawarisya/		
メールアドレス	himawari-sha@family-care-service.or.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/31～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時		
相談料	無料		
支援内容	●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 相談支援専門員が相談に応じ、障がい福祉サービスの利用支援等を行います。		
P R	困りごとや悩みごとの有無に関わらず、どうぞ気軽にお声がけください。		



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑦

事業所名	合同会社 Goya ケアサポート たんせ		
電話番号	0182-33-2551	F A X	0182-38-8170
所在地	〒013-0001 横手市杉沢字鶴谷地106-2		
ホームページ	なし		
メールアドレス	tanse620@hb.tp1.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/30～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時30分		
相談料	無料		
支援内容	●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 ①サービス利用支援 ②継続サービス利用支援		
P R	居宅介護支援事業所も併設していますので、ご家庭の状況に応じて 障害福祉と介護保険の両制度からの支援をしています。		



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑧

事業所名	社会福祉法人 慈泉会 相談支援事業所 あいなび		
電話番号	0182-23-8418	F A X	0182-23-8628
所在地	〒013-0068 横手市梅の木町8番5号 サンワーク・ネット横手		
ホームページ	https://sunwork-rokugo.jp/work/yokote/		
メールアドレス	sun-yokote@sunwork-rokugo.jp		
実施日	月～金曜日・第1、3土曜日	休業日	第2・4・5土曜日・日祝日・ 年末年始（12/30～1/3）
相談時間	午前9時～午後4時 （第1、3土曜日は午前9時～午後3時）		
相談料	無料		
支援内容	●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 相談支援専門員が相談に応じ、障がい福祉サービスの利用支援等を行います。		
P R	各種相談・施設見学等随時受け付けております。 まずはご相談ください。		



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑨

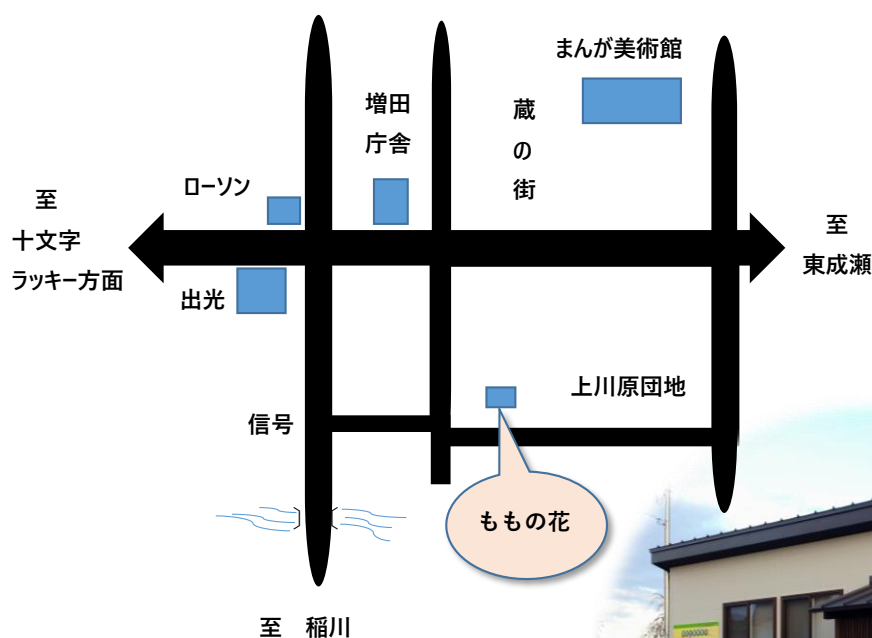
事業所名	合同会社 福祉のパートナーなでしこ 相談支援事業所 なでしこ		
電話番号	0182-23-6505	F A X	0182-23-6323
所在地	〒013-0521 横手市大森町字大森47		
ホームページ	なし		
メールアドレス	nadeshiko@basil.ocn.ne.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時～午後5時 ※ 緊急に対応が必要な場合は、営業時間外や休日であっても対応します。		
支援内容	【 指定特定相談支援事業 】 ・「サービス等利用計画案」を作成するまでの相談への対応 ・「サービス等利用計画」の作成/モニタリング/見直し ・サービス提供事業者やサービス担当者との連絡調整/等 【 指定障害児相談支援事業 】 ・通所サービスの利用に関する相談への対応（児童発達支援、放課後等デイサービス、保育所等訪問）		
P R	□ 相談支援業務に必要な資格や課題解決のための専門的な知識技術を身に付けたスタッフが誠実に対応します。 □ 相談を受けたら、直ちに日程調整して迅速に対応します。 □ 障害年金や各種手帳の取得の他、行政手続きなどのお手伝いをいたします。 □ 相談支援事業所に加え、介護サービスを利用するための居宅介護支援事業所を併設しており、世帯全体を支援できる体制を整えています。		



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑩

事業所名	合同会社 ももの花 相談支援事業所 ももの花		
電話番号	0182-23-5440	F A X	0182-23-7035
所在地	〒019-0701 横手市増田町増田字上川原18-1		
ホームページ	なし		
メールアドレス	momonohana@aiores.ocn.ne.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時30分		
相談料	無料		
支援内容	●指定特定相談支援事業 ●指定障害児相談支援事業 ①サービス利用支援 ②継続サービス利用支援		
P R	・当事業所は、閑静な住宅街にあり、安心して相談できる環境です。 ・地域で生活している皆さんの日常生活で困っていることやお悩みについて、電話や面談でお伺いし、福祉サービスの説明や利用手続きなど、安心して地域生活ができるようお手伝いしますので、お気軽にご相談ください。		



⑧住み慣れた地域で安心して暮らしたい

⑪

事業所名	横手市役所 市民福祉部 社会福祉課 障がい福祉係		
電話番号	0182-35-2132	F A X	0182-32-9709
所在地	〒013-8601 横手市中央町8-2 市役所本庁舎4階		
ホームページ	https://www.city.yokote.lg.jp/fukushi/1001152/index.html		
メールアドレス	shakaifukushi@city.yokote.lg.jp		
実施日	月～金曜日	休業日	土日祝日・年末年始（12/29～1/3）
実施時間	午前8時30分～午後5時15分		
支援内容	◆各種相談受付 *障がい福祉サービス *福祉制度の利用 *家庭生活 *自立支援医療 *障がい者の就労 *障がい者の虐待 など ◆障がい福祉に関する情報提供 ◆関係機関との連携・調整		
P R	障がい福祉相談員(社会福祉士)が、お話を伺います。 事前に、電話、FAXまたはメールにてご予約のうえ、お越しください。		





今後、法令の改正などにより内容が変更される場合があります。

『横手市ひきこもり相談支援場所一覧』

令和7年4月

発行：横手市 市民福祉部 まるごと福祉課

〒013-8601 横手市中央町8番2号
TEL 0182-23-5881
FAX 0182-32-9709