

ひとりで抱えこまず、
まずは話してみませんか？

伴走コーディネーターによる 出張相談会



社会とのつながりを少しずつ回復したい…
ひきこもりの方の家族のこれからが心配…
自分に合った居場所や活動、役割を見つけたい…
誰に何を相談していいかわからない…

出張相談会は、そのようなご本人やご家族等の方で、
誰かに話したり、相談してみたい方のための相談会です。

場所：松本市なんなんひろば（松南地区公民館）
松本市芳野4番1号 部屋は現地でご確認ください。
※5月、7月、11月、1月、3月は各地区公民館となります⇒⇒⇒

*ご相談は無料です。

*原則、予約は不要ですが、事前に連絡をいただくとスムーズにご案内ができます。

問い合わせ：NPO 法人 Gland・Riche 松本波田 上兼（うえがね）
電話 080-4435-0576 ショートメール可

この事業は、「松本市ひきこもり等社会参加サポート事業（委託）」の一環で行われています。

<開催日時>

開催時間共通

13時から16時

令和8年

4月25日（土）

【島内】5月13日（水）

6月27日（土）

【鎌田】7月15日（水）

8月29日（土）

9月16日（水）

10月10日（土）

【岡田】11月18日（水）

12月12日（土）

令和9年

【芳川】1月13日（水）

2月13日（土）

【神林】3月10日（水）

相談対応：

★伴走コーディネーター

NPO 法人 Gland・Riche 松本波田、松本市社会福祉協議会に配置している『伴走コーディネーター』（社会福祉士・精神保健福祉士・公認心理師など）が話を伺います。