



～生きづらさを抱えるみなさんへ～

生きづらさに“よりそう” 仲間たちを紹介する パンフレットです

石川県内の不登校、ひきこもり、精神障害、
発達障害、セクシュアルマイノリティの
悩みを抱えている方々に寄り添う支援
団体（親の会、居場所活動、学習会、フリー
スクール）を掲載しています。

インターネット版もあります！
各団体の最新情報やイベント情報は
ポータルサイトからご覧ください。
<http://yorisou-nakama.net/>



生きづらさを感じるあなたへ

生きづらさとは、生き方を問い直している過程といえます。

それは道案内のない手探りの過程で、不安や孤独感のためにひとりで歩くには足がすくんでしまうような道のりです。

このパンフレットは、ひきこもりや不登校、発達の問題など生きづらさを抱えているみなさんに疑問が生じた時、情報がほしいと思われた時に寄り添って道案内ができるようつくりました。

ここに紹介しているのは少し先を歩いている「仲間たち」です。

歩みにくさに共感し、あなたに自分の足で歩く勇気とエネルギーを与えてくれるでしょう。

生きづらいと感じることを1人で抱え込まず、つながり合うことが何かのきっかけになります。



KH北陸会

■ 目的

ひきこもりの当事者同士、ひきこもりで悩む親同士が
出会い、話し合い、分かち合う会であり、ひきこもりに
関わる支援者とも交流できる場所としている。

(Kは家族・考える、Hはひきこもりの頭文字です)

■ 大切にしていること

当事者も親御さんもリラックスして過ごせる居場所
ありたいと思っています。若者の気持ちを知ること
でひきこもることを受け止め、親自身が元気になるため
に何ができるかを話し合い、心の癒しと、支えあい
ができるように心がけています。

■ 活動内容・対象

若者の会(無料 年齢制限なし)
親の会(親御さん、ご家族、ご親戚、支援者の方等)

■ 例会会場・日時等

石川県女性センター
毎月第2日曜日 10時30分~12時00分は若者の会
13時00分~16時00分は親の会
参加費 1家族：600円 若者の会(当事者)は無料

■ 連絡先

KH北陸会事務局：090-9760-2135 (本間)
電話は事務局の都合上18時以降がよい。
メールでの問い合わせも可。匿名でも対応致します。



おーぷんはうす

■ 【目的・大切にしていること】

不登校、その他子どもたちを取り巻くさまざまな
問題を、子どもたちの立場に立って、子どもを守り、
援助するという視点から共に考えあい、語りあい、
学びあい、支え合うことを目的とした親、市民が集
うボランティアの会です。

■ 【活動内容・日時】

- ・おーぷんはうす(堀川町13-6)毎月1回語りあう
(名古屋から多田元参加)
第4土曜日 14時~17時
参加費：500円
- ・合宿・クリスマス会・野山散策・通信
- ・ゆったりお茶会 (小林宅で)
第1・第3金曜日 14時~17時
参加費：300円
- ・講演会
講師を招いての不登校問題に関する学習会
若者・親が登場してのシンポジウム



■ 【連絡先・代表者名など】

多田 元 052-763-7370・090-4253-8995
小林 昭代 090-9764-2402



不登校と向き合う親たちの自助グループ

やすらぎの会

ホームページ

親御さんの辛い気持ちは私たちが受け止めます

親御さんは子どもさんの気持ちを受け止めてあげてください

<p style="text-align: center;">目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・気持ちを言葉にして整える ・情報や経験を分かち合う ・安心できるつながりをつくる 	<p style="text-align: center;">心掛け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安心・尊重・ひみつは守る ・話しても聞くだけでもOK ・否定やアドバイスの押しつけなどはしない
<p style="text-align: center;">グループ学習会(定例会)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎月概ね第3土曜日13~16時 ・出城コミュニティーセンター(白山市成町406-2) ・学習会参加費 300円 ・予約不要、途中入退室OK ・コミュニティーセンターの駐車場をご利用できます 	<p style="text-align: center;">その他の活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・通信発行(月1回) ・山カフェ(月1回) ・親子交流会(不定期) ・親父の会(不定期) ・設立記念講演会(年1回) 講師 高賢一先生 元金沢学院大学教授

いつでもお気軽にお問い合わせください

連絡先 yasuraginokai2010@gmail.com

SINCE 2010

一般社団法人いまこ親の会

ひきこもり ソーシャルブリッジ プロダクション

Hikikomori Social Production 通称：HSP

目的

ひきこもりなど生きづらさを感じている方と社会との橋渡し、活躍の場創り

ホームページ

活動内容

- ・M 高等学校 (通信制サポート高校)
- ・しえあはうす百笑 (ひきこもり共同生活)
- ・ソルトバンク (就労支援、内職、農作業等)
- ・ニートルズ (ひきこもりの語り部(ひきこもりスト))
- ・ニート引越センター(ニートの引越し屋さん)
- ・在宅工協会 (ひきこもりで働く)

連絡先

代表：石尾 大輔
住所：加賀市大聖寺南町チ 35-7
電話：080-6163-2173

メール

不登校を考える親の会 ホットミルク



学校に行かない
行けない
行きたくない…

そんなお子さんと
共に歩む親同士
集まって
おしゃべり
しませんか？

ホットミルクは
不登校のお子さんを
持つ親のための

居場所です。なかなか周りに
相談しづらいからと
一人で悩まず
気軽にお越し
ください。

日々の子育ての中で
感じる想いを話したり
情報交換の場として
お互いのプライバシーを
守り合いながら
開催しています。

河北郡津幡町内で、毎月一回定例会を開催しています。

参加費：¥200

- *初回無料
- *申し込み不要

開催日程や場所の詳細は
こちらをご覧ください。

お問い合わせ
✉hotmilk.tsubata@gmail.com



ホームページ



Facebook

ワンネス親サークル キナリ

石川県にあるフリースクール『ワンネススクール』の保護者が、
自主的に運営しています。

わが子の不登校や行きしぶりの経験から、
どなたでも気軽に話せる場を作りたいと思っています。

●主な活動内容●

○不登校のつどい 不定期

※最新の情報はInstagram、Facebookでご確認下さい
「ワンネス親サークル・キナリ」で検索

随時、メンバーを募集しています

お問い合わせ先
oneness.kinari@gmail.com




一般社団法人 応援サポートハウス おばちゃんち

おばちゃんちとは？

「こうしなきゃ」という重荷を下ろして、
今の自分のまま過ごしてみる。
いろんな体験を通して、心が動く瞬間を大切にする場所です。
あなたの「好き」が芽生えるまで、ずっと
伴走します。

活動内容

- 体験活動
農業体験・企業見学・就労体験・合宿
- おとな子ども食堂
毎月 第3土曜日 12:00-14:00
- 傾聴サロン 参加費500円
第1・3水曜日 13:30-15:30
第2・4土曜日 13:30-15:30
- ココプラットフォーム
つくる・はたらく・まなぶ 体験型の居場所



一般社団法人
応援サポートハウスおばちゃんち

〒929-1343 宝達志水町小川3-78
MAIL obachanthi@sitoo-tunagu.com



みんなの居場所 たちちゃんカフェ

我が家の子供達は、不登校引きこもりの時期がありました。
カフェの参加者は極少数人数です。

辛い心のうちをゆっくり話したい方や日常を忘れて何気
無い会話を楽しみたい方等、お茶しながら、ゆったりと
した時間を共に過ごしましょう♪

OPEN 第1・3月曜日
(祝日もOK)
14時～17時
参加費 300円



たちもりまりこ

場所：メールでお知らせします。

三和文化会館（金沢市上荒屋4-82）のすぐ近くです。

tachimori0608@gmail.com

必ずメールで参加の連絡をお願いします。

初めの方には、メールで必要事項をお知らせします。

※メールを返信しますので、必ずブロックを解除しておいて下さい。

精神疾患をもつ子どもを支える親の会

ほっとカフェ

◆目的・大切にしていること

支援者として子どもに関わる日々の中でわいてくる思いや、親としてこうあるべき、という価値観に苦しんでいる人などが、安心して思いを吐き出し、癒しあえるような場を目指しています。

◆活動内容・対象・参加費

・県内や近隣の県にお住まいの方
 ・お互いに思いを聴きあい、情報交換をしたりと、一期一会の場を作り上げていくことを大切にします。

・参加費 100円

◆例会会場・日時など

・会場 富樫教育プラザ研修室
 ・日時 毎月第4日曜日 午後2時より(変更あり)

◆連絡先・代表者名

おおや 090-8093-0274
 やまだ 080-3046-3522
 メール hottokafe@gmail.com



Instagram



Facebook



金沢市 BBS 連盟



■ 目的・大切にしていること

Big Brothers and Sisters (BBS) 運動は、生きづらさを抱える子ども・若者に寄り添い、自分らしく前向きに生きていくことを支えていくための青年ボランティア団体です。子ども・若者が非行に陥っても立ち直ることができ、生きづらさを抱えながらも安全・安心して生きていける明るい社会の実現を目的としています。

■ 活動内容・対象

子ども食堂、少年院での学習支援、対象者の希望に応じたオーダーメイドの活動(例:学習支援、話し相手、買い物の付き添い)など

■ 例会会場・日時等

随時

■ 連絡先・代表者名

会長: 高出健志郎

takadekenshirotakade@yahoo.co.jp

石川県 BBS 連盟 事務局

ishikawa.bbs@gmail.com



Instagram



精神疾患をもつ人のパートナーの会@金沢

【対象】

・精神疾患(うつ病、双極性障害、統合失調症など)をもつ人の配偶者・パートナー

【大切にしていること】

・同じ立場の人と繋がり、孤立感から解放される。
 ・誰にも否定されず、ジャッジされない。愚痴やネガティブなことも率直に吐き出せる。
 ・自分の体験や困りごとへの対処を共有し、他の誰かの希望や明日へのヒントにつなげる。
 ・パートナーの立場の人自身が自分の生活を取り戻し、元気になる。

【活動内容】

・定例会
 日時: 偶数月第2日曜日
 13時30分~15時30分
 場所: 金沢市ものづくり会館(金沢市粟崎町)など
 ・パートナーのための家族学習会
 病気や制度について学び、困りごとを話し合う家族学習会です。
 一方通行の講義形式ではなく、全員でケースを持ち寄り話し合います。

・個別相談
 ・費用: 1家族 300円

【お問い合わせ】

・管理人: 荒木裕美子
 ・メールアドレス: kanazawa.partner@gmail.com
 ・Webサイト: <https://kanazawapartner.wixsite.com/my-site>



ホームページ

いしかわ「非行」と向き合う親たちの会

みちくさの会

■ 目的

全ての子どもたちが自分を大切にし、今を生きることの喜びを感じ、自立に向かって成長できることを願い、
 ①わが子の「非行」で悩む親同士が、互いに励まし合い、それぞれの経験から学び合い、
 ②子どもの人権と成長が保障される環境(家庭・学校・社会)づくりをめざします。(本会の規約より)

■ 対象 子どもの「問題」行動に悩む親及び支援者。

■ 大切にしていること

「私たち家族は、いつも誰かに話を聞いてもらい、共感してもらい、今こうしてこのような日を迎えられました。・先が見えないトンネルでも必ず出口は見えるのですね」これは娘さんの結婚を機にお母さんが寄せてくださった手記の一部です。

プライバシーを守り合うことはもちろんですが、参加者を包む共感が、わが子と向き合い直すエネルギーを育んでくれます。お一人で悩まないで、ぜひご連絡ください。

■ 例会会場 金沢市教育プラザ富樫(原則)

■ 例会日時 毎月第3土曜日午後1時半~(原則)

■ 会費 年会費: 3000円(1家族)

資料代: 会員 200円(1家族)

未会員 500円(1家族)

■ 連絡先

徳井 久康 090-9444-9422

親と子の リレーションシップ ほくりく



■目的

「自己肯定感の低さに苦悶し生きづらさをあらゆる形で表出し続けている子どもたちと、子育てに悩む家族の気持ちに寄り添い、子どもの健やかな育ちのために、北陸で多様な活動を展開する多くの人達とつながりあい、お互いの情報を共有し支援しあうことを目的とする(規約第1条)」として、2011年6月、北陸三県の子育てに関わる団体がゆるやかにつながり合おうと発足。

代表は、心療内科医師：明橋大二／加盟は北陸3県で令和7年度37団体。

■活動内容

子どもの権利条約を基本精神として共有しあい、毎年4月には加盟各団体の活動から学び合う他、秋には各県持ち回りで学び合う場を持っています。今年「リレほく2026石川大会」で、10月31日(土)開催予定です。ぜひご参加ください。

■年会費：2000円/団体

■連絡先

メール：relationshiphokuriku@gmail.com

HP：<https://sites.google.com/view/relationshiphokuriku/home>

※右上シンボルマークは、小さな花が集まって咲くアガパンサス



ホームページ

生きづらさを感じている方の居場所 「珠洲カフェ」



■目的、大切にしていること

ひきこもり、学校に行けない、働けない、生きているのが辛いなど何らかの生きづらさを感じている方の居場所です。

田舎だからこそ言えずにいる方の心が少しでもやわらぎ、未来をつくる糸口になることを願っています。

■活動内容、対象

生きづらさを感じている方とその家族、支援者

匿名参加可能。(守秘義務あり)

おなじ体験を持つ方との出会いや情報交換

各種支援団体とのつながりなど



■例会会場・日時等

毎月1回 おもに第3土曜日(変更あり)

通常10時～14時(内容により13時～16時の時あり)

参加費 300円

(能登半島地震により検討中 詳細は事務局に問い合わせ下さい)

KH北陸会HP：<https://www.khjokuriku.work>

に掲載されている珠洲カフェ案内を確認ください。

■連絡先

居場所運営「珠洲ボランティアグループしおり」

代表 本間 090-9760-2135 (SMSでの問合せも可)

にじいろのかさ



抱きしめたいあなたの宝物

自分探しワーク

周りの人たちが作っている「自分」に息苦しいことはありませんか？本当の「自分」を發揮していますか。そのままのあなたを受け止め、自分らしく生きられるお手伝いをしたいと考えています。人は誰もが生まれながらに☆宝物を持っています。意外と知らない素顔の「自分」、埋没した宝物を「こじか」がいっしょに探します。

安心して自分を表現できる場所

食でつながる子どもキッチン食堂



日時：毎週水曜日(祝日除く)19:00～20:30

場所：白山市北安田町 行善寺温泉2階

料金：18歳まで無料、その他500円

対象：ひとりひとりの価値観・言葉を大切にできる方
高齢者、障害のある方どなたでもご利用できます
ご希望の方は事前にお電話ください。

「問題行動」扱われることはありませんか？それは「問題」ではなく「ことば」です。その方が何を表現しているのか寄り添います。白山近郊で活動していますが、どなたでもご相談可能です。

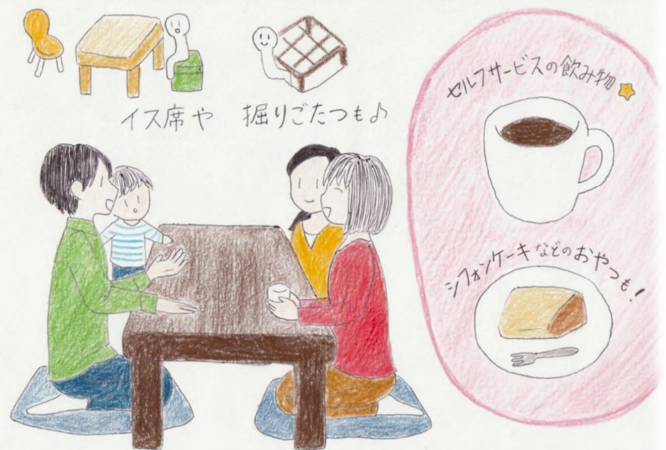
いしかわ食育コーディネーター

らくしょう

☎ 070-9047-6579

楽笑 こじか(北本)

coconomaカフェ



毎週月曜日

11:30～14:30

15:30～16:30(個別予約)

大人300円

子ども(学生)無料

学校がにがて、行きしぶり、不登校…。そんな子たちも周りの人も、のんびりとおしゃべりしたり好きなことができる場所です。ほっこりする古民家へ

〒920-0846 金沢市小橋町2-17

coconomacafe@gmail.com

※ホームページ内のブログから様子が見られます→



すまいる@すまいる@浅野町児童館

気になる子どもの悩み・困っていることなど、
一緒にお話しませんか？

ペアレントメンターや経験豊富な児童館の先生が、
あなたの「しんどい！」に寄り添います

帰るときには、笑顔で♡

～毎月第3水曜日 10:00～12:00 開催！～

(変更の場合もあります)

📍場所：浅野町児童館（金沢市浅野本町 2-13-12）

🎫参加費：100円（お茶・お菓子代）

🚗駐車場 バロー 金沢元町店をご利用ください

👉予約不要、当日お越しください♪ 🌸お子さま連れOK！

☆リンク先

Gmail



Instagram



LINE



Facebook



☆お問い合わせ：

浅野町児童館（☎076-252-5664）

直居麻衣子（☎070-6662-9245）*ペアレントメンター

Mail：smile.smile.asanomachi@gmail.com

生きづらさと共生できる社会をつくろう！



一般社団法人

ハートキーパーの会



楽しく素直に実践ジャー！

当会では個性は魅力。当事者・支援者と分けずに、自分の気持ちを素直に話せる座談会を開催しています。多様な価値観を知るきっかけとなり、違いを寛容に受け止め合える生きやすい社会を目指しています。



座談会150回以上開催！

LINE 登録者 140名越え♡
公式LINEはこちら！



話して心が軽くなる
聞いたらもっと優しくなれる

ハートキー座談会



金沢



オンライン



出張

毎月第4水曜日 10:15～12:00
金沢学生のまち市民交流館
会員 & 学生無料・一般1,000円

毎月第2月曜日
12:00～13:30
無料・ZOOM

希望の日時で調整
出張料：1回1万円
※遠方の場合には+交通費

お問合せは、公式LINEにメッセージが確実です。金沢市西泉1丁目109
電話：080-3042-3947（事務局・大谷） info@heartkeeper.or.jp

ひきこもり・不登校生徒の居場所

つなぐ会花園

日時：毎月第2、第4土曜日 12時～16時

場所：金沢市利屋町22 つなぐ会のおうち

つなぐ会花園は、不登校生徒やひきこもり本人・家族を中心に、どなたでも参加できる居場所活動をしています。

過ごし方



ゲーム・おしゃべり
switchやボードゲーム、おしゃべり、料理など、それぞれ自由に過ごしています。

親の会



親の会・勉強会
年に4回親の会と、心理療法やメンタルヘルスの勉強会なども行っています。

あそび



イベント・おでかけ
カラオケ、海釣り、動物園、農作業、アルバイトなど、不定期で企画しています。

スタッフは吉本と、ひきこもり経験があるピアサポーターや家族など数名います。参加者は毎回15名ほどです。小学生から40代まで、幅広い年代の方が来ています。個別につながりたい方も気軽に連絡下さい。

※開催日程の変更はブログにてお知らせします。

tel.050-3196-2727

✉ tunagukai.h@gmail.com

ブログURL: <https://ameblo.jp/tunagukai-h>

つなぐ会花園代表 吉本

参加費：1家族

300円

個別相談・家庭訪問も
しています（無料）



公式LINE➡

「いやし・は〜と」～当事者のトークの場～
アダルトチルドレン AC 自助グループ / 人権団体

#虐待#DV #性被害 #毒親#性教育#宗教2世 #摂食症 #人権

■対象・目的・活動内容

安心感を持ってない環境で育ち、生きづらさや、様々な問題を抱えている AC 本人のための、語らいの場です。日常生活では、誰にも言えない、悩み、傷つき体験、過去の事、愚痴...etc を仲間と話し・聞く安全な場です。

■会場・日時「★変更が多いので、必ず SNS 等で

日時・参加条件・場所などをご確認のうえお越し下さい」

会場；松ヶ枝福祉館など {条件を確認されれば予約不要です}

日時； 2か月に1回、日曜日、13:30～15:00頃

参加費；自由献金(ごく少々のお気持ちだけ、頂いています)

■連絡先 ひびき(AC当事者です)

開催予定、情報などは

<https://lit.link/iyashi>

ほか SNS あり、詳細は QR コードで

質問等はお気軽にお問い合わせ下さい

お待ちしております(^^^)v



かなざわトウケン (金沢「当事者研究」研究会)

大事にしていること

「パーソナルリカバリー」や「人生の回復・再発見」をキーワードに活動しています。話し合いの中で気づいたことを、無理のない形で日常に持ち帰り、希望を持った人生を過ごすことを目指しています。

リカバリーの学校 金沢校 毎月第3土曜日 16:00~18:00

- 会場: 金沢市松ヶ枝福祉館 ほか
- テキスト『リカバリーの学校の教科書』(EDITEX)を輪読
- 意見交換を通して、リカバリーの考え方を学びます

ピアサポート学習会 毎月第4水曜日 19:30~21:00

- オンライン(Zoom)で行います
- テキスト『ピアサポートを文化に!』(コンボ)を使用
- ピアサポートの考え方や実践を学びます
- 仲間・同じ立場にある人どうしの支え合いを大切にします

クラブ・アイリス 偶数月 月1回日曜日 14:00~15:30

- 会場: 金沢福祉用具情報プラザ ほか
- 安心して語り合う当事者の交流の場
- 生活や回復、日常の工夫を分かち合います

NEW
2026.6~

いずれもメンタルヘルスに困難がある方、ご家族をはじめ、支援者から一般の方まで興味がある方ならば参加可能です

- 会費 資料代、会場費を参加者で折半(50~200円以上のカンパ制)
- 連絡先 世話人・松田しげき メール/oriteiku.kanazawa@gmail.com
参加希望の行事を明記の上、メールで連絡をお願いします

※ 内容・日程・開催方法は変更になる場合があります
※ 安心・安全な場づくりを大切にしています

■当事者団体

「ヒーリング・コア・とまり木」

■目的・大切にしていること

本人やご家族を始め、福祉・医療関係者、ボランティア等地域の皆さんが、一緒に考え協力をしながら、悩みが少しでも解決できればいいなあと考えている団体です。



■活動内容・対象

内灘町を中心に精神疾患や発達障がいのある人やご家族が、自由にお話を楽しんでいます(*-*)♪♪
内灘町外の方も参加も大歓迎です。

■例会日時・会場 ※詳しくは下記まで

☆ホームページ

<https://healing-core-tomarigi.com>

☆QRコード



■連絡先・代表者名 代表 松金 孝佳

内灘町社会福祉協議会 (担当: 藤田 080-7652-3400)



精神障がい者自助ボランティアグループ

ピアサポートコミュニティすばる

略称(ピアサコすばる)

★目的・大切にしていること

独りぼっちの精神障がい者を無くす事を大きな目標として活動しています。それぞれの体験からくる交流を基に、正しい判断力や注意力を身に付け、又回復者の方と話し合う事や勉強会等を持つ事で、病気との上手な付き合い方や、就労等の社会参加までの道筋を学びます。

★活動内容・対象

ピアカウンセリング、レクリエーション、仲間づくり、お誕生日会、生活に関する情報交換等。精神障がい・発達障害当事者に限らず、その家族やボランティア、健常者の協力者全ての方。

★定例

ミーティングを毎月2回、日曜日 13:30~15:30

白山市博労2丁目こがね荘2階集会室にて行っており、内月に1回は何らかのレクリエーションの日としております。

★連絡先・URL

090-9442-7484 (代表・山瀬)

一言メッセージを残して下さい。

メール: tattsei3@gmail.com

ホームページ: <https://www.facebook.com/piasaco.subaru/>



よりそうなかま
団体ページ



■目的

精神障害をはじめとする生きづらさを抱える人たちの交流を通して安心感や生きづらさに対する気付き、人のつながりと支えあいを生み出すこと。

■大切にしていること

- ①安心して過ごせる居場所を作ること
- ②交流を通して生きづらさと向き合うヒントを見つけること
- ③人と人、人と団体をつなぐこと

■活動内容

精神障害当事者およびそのご家族、支援者を対象として経験や悩み、趣味や好きなことを語り合える交流会や、みんなで楽しく過ごせるようなイベントを開催しています。

■会場・日時

交流会は主に金沢学生のまち市民交流館(金沢市片町2-5-17) 参加費300円

Instagramにて情報を発信しております。



■連絡先・代表者名

Instagram: [pss_tips](https://www.instagram.com/pss_tips)(右記QRコードより)

Mail: humming1159@gmail.com

代表者: 中野喜文(県ひきこもりサポーター、障害者ピアサポーター)

にじいろあそび

こどもたちのワクワクの架け橋に♪

★ 目的・大切にしていること

『みんなで一緒に楽しく』
『安心してそのままの自分でいられる時間と居場所』

発達障害、グレーゾーンのお子さんを持つ親御さんが、
悩みを話したり、情報をシェアしたり、
子どもたちがリナメの関係（親でも学校の先生でもない
第三者と子どもとの新しい関係）を作る場所を
みんなで一緒に作っていきたくと思っています♪

★ 活動内容

ママのためのお茶会、
親子で気軽にご参加いただけるイベント、
馬とのふれあい体験会などを開催しています♪



★ お問い合わせ

公式LINEよりお願いいたします♪



公式LINEアカウント



lit.link



話せる安心 チャットシーズ Chat seeds

不登校に戸惑ったことがあるママたちで作った、子どもの「どうしよう」を安心して語り合える場所です。



毎月 第2金曜日

11時～14時

参加費300円

白山市福祉ふれあいセンター
(2階教養娯楽室)

※開催日程の変更は各SNSにてお知らせします。

石川県の学齢期の子どもの悩みを持つ保護者を対象に、明るく前向きに子育てができるよう月1回の座談会『チャットタイム』や、不定期の勉強会や講演会などを開催しています。
当事者のお子さんや支援者の方も参加できます。

問合せ・申込み



リンクまとめ



最新情報



しゃぼん玉のお話会

- 目的
 - ・発達障害の事をまわりの人に知ってもらおう
- 大切にしている事
 - ・言霊を大切にする
 - ・悩んでいる人に寄り添う
 - ・おたがいのプライバシーを大切にする
- 活動内容、対象
 - ・親御さんの情報交換、共有
 - ・どなたでも参加できます
- 定例会場

会場:れんげやの森
石川県鹿島郡中能登町良川庚 61-2
毎月1回 不定期:15時～17時
参加費 200円 別途、飲食費
- 連絡先

えむら
永村 しのぶ
携帯電話:080-6353-5170



子どもの
不登校、行きしぶり

ひとりで抱え込まずに
一緒にお話し
ませんか？

おやかフェ
ホッコリ

hoccori

学校に行っていない子や親の困りごと
を仲間と話し合い、「ほっこり」できる居
場所づくりを目指して活動しています。

おやかフェ

毎週火曜日

不登校にまつわる
困りごとを仲間と
話し合う会。

準備中

平日お昼の
こども食堂

ワークショップ

月1回程度

心の学びや
制作活動など
を開催。

活動場所

犀川公民館
近隣のカフェ
など

お問い合わせ
参加申込は
公式LINEから



@181hkezc

活動の詳細は
Instagramから



@085.hoccori

・ <https://pocoapoco.gardenia335.com/>

金沢子ども発達応援サークル Poco a poco

～発達障害・不登校の子を持つママたちが作ったサークルです～

発達障がい 不登校
親も子も
自分らしく 豊かに



活動場所: 教育プラザ富樫 (詳細は公式サイトにて)

ぽこぽこ金融リテラシーの会 [一日店長体験]

- 参加費: 無料
- 対象: 金融教育に関心のある親子

「生きづらさ」を抱える子どもたちにこそ知ってほしい、これからの時代を自分らしく生きるために知ってほしいお金のこと。FP有資格者の講師と親子で楽しく学びます。

一日限りの「自分のお店」を開くための準備～開店までを実際に体験することで『生きる力』を身につけてほしい。そんな大人たちの願いがこもった活動です。

夏～秋にかけて通算3回シリーズで開催します
最終回は実際にお店を開きます♪

合理的配慮の会

- 参加費: 300円
- 対象: 発達障がい・不登校・LDなど主に学校での合理的配慮に興味のある方

県内初! 高校受験での合理的配慮を実現したメンバーを交えて、学校での合理的配慮の実現に向けて話し合う場です。

福祉のかけはし会

- 参加費: 500円
- 対象: 発達障がい・不登校などお子さんの福祉サービス利用に興味のある方

相談支援専門員さんをアドバイザーに迎え、福祉サービスの利用についての様々な疑問を解決する場です。



参加申込は公式LINEより
代表者 村上

発達障害児の親の会

クローバー

JOIN US!



誰にも解ってもらえず、一人で悩んでいませんか？
同じ悩みや体験を持つ親同士、話してみませんか？
ちょっと気になることでも、気軽に話に来て下さい。
少しでも気持ちが、軽くなればと思っています。

月に一度の例会、年に数回の講演会、勉強会、交流会などを開催しています。

日時 毎月第1土曜日 13:00～15:00
※都合により変更になる場合もあります

場所 津幡町福祉センター棟 2階

参加費 200円 (初回は無料です)



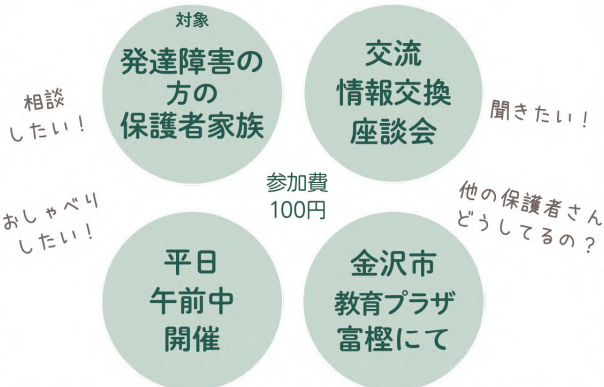
ペアレントメンターと一緒にお話しをお聞きます



発達障害保護者家族会

よりみち

大変な毎日を頑張ってらっしゃる皆さま
ちょっとよりみちしに来ませんか？



公式LINE



座談会の詳細は公式LINEよりご案内しています◎

Instagram



認定NPO法人 アスペの会 ASPE 石川

■目的・大切にしていること
知的障害を伴わない自閉スペクトラム症の人たちの人生をより良いものにすること。個々の適切な理解と長い目で見た支援。

■活動内容
☆等身大で集える場、社会的スキル、コミュニケーションスキル、自己理解と受容を支援する場を提供します
・青年の小集団活動(月2回 土曜日か日曜日)
・小～高校生のサークル活動(月1回土曜日)
☆個別相談、家庭訪問・学校訪問・職場訪問等
☆定例会(月1回 正会員保護者)
☆セミナー等を通じて社会に対して正しい理解を広げます

■会費等 有り (事務局までお問い合わせください)
■活動場所 主に教育プラザ富樫、放課後倶楽部フロンティア
■連絡先 認定特定非営利活動法人アスペの会石川事務局
E-mail: kanazawa-asupe@abeam.ocn.ne.jp
HP : <https://aspe.sub.jp/> (代表 谷口幸代)

石川県発達障害児・者 親の会

PAL (パル)

■目的

石川県に住む学習障害及び発達障害児・者を持つ親の会で、1994年(H6年)に発足しました。現在は、発達障害児{学習障害(LD)・注意欠陥/多動性障害(ADHD)・高機能自閉症・アスペルガー症候群・広汎性発達障害等}児・者が、自立した社会生活を送れるよう援助することを目的に、親同士力を出し合い活動しています。

■活動内容

- ・小集団活動…学習会・ボウリング・バーベキュー・カラオケ・ランチ会など社会性を育てるための活動を企画・開催しています。
- ・その他、必要と認める活動をしています。

■連絡先

代表：皆川 TEL：076(240)8182
事務局：西野 TEL：076(280)2400



石川ぽつとらっくグループ

「その人理解」を
深めるために

令和6年3月まで
金沢エルデの会



ケース検討会は、その人の生活の様子の報告を中心に、その人のことは、行動の意味をみんなで探る活動です。検討会を継続して行うことで、トラブルや不登校など、親や家族にとって辛かったり困った出来事が、その背景に視点を移すことで、客観視できるようになります。「その人」の障害特性は変わりません。変わるのは「その人」への理解です。親を続ける原動力においては、なくてはならないものだと考えています。

対象：発達障害児・者の家族(家族には当事者を含む)
会場：長土堀青少年交流センター・教育プラザ富樫など
連絡先：office@elde.kanazawa.tv (代表：山口)

いきいきと働き、人に寄りそえる仲間の会



■目的・大切にしていること

障害・疾患・就労状態問わず、「働く」における困りごとや悩みを、否定されることがなく話すことができ、みんなで解決していくことが目的です。人の心に寄りそい、一歩前に踏み出せる人、いきいきと働き前向きに人生を生きる人が、一人でも増えることを大切にしています。

■活動内容

①座談会「Session」

市内喫茶店や松ヶ枝福祉館など主な会場として開催しています。
(ZOOMでも開催あり:各月上旬 日曜日の19:00~)
“働く”にまつわるあなたの悩みをお話しにいらしてください。

②ZOOMで語ろう・聴きあおう「ひと息つこう会」

2~3週おき水曜日の22:00~開催しています。「Session」よりも
気軽な気持ちで参加できる、ほっとひと息つける座談会です。

■連絡先・代表者名

代表：西村祐亮(にしむらゆうすけ)
TEL:090-6278-1308
MAIL:romanze.2568@gmail.com
X:@Alive_warmheart

公式 Facebook



＼少し寄ってみようよ／

うつ病当事者の会 **Uフレズ**

参加
無料

第3土曜日 14:00-16:00

場所：金沢医科大学看護学部

「うつ」からの回復とは…
病院でも、施設でもなく、ここから得られる「何か」があると信じて活動を継続しています。誰かの語りがあなたの力となり、あなたの体験が誰かの希望になるかもしれません。対話を通して、悩みを分かち合い、お互いに助け合う「セルフヘルプ」を体験してみませんか。

集合場所

14時に金沢医科大学看護学部集合してください。お近くに来られましたら、Uフレズのスマートフォンまでご連絡ください。なお、金沢医科大学への直接の問い合わせは、ご連絡ください。

TEL 080-6536-7926
Mail utu.self.help@gmail.com
LINE 以下のQRコードを読み込み
及追加の上、ご連絡ください。



当グループについて

ご参加いただける方は、うつ病、躁うつ病などによる「うつ症状」を体験されている方です。ご自身の判断が難しい場合は、事前にご相談ください。活動は、自己紹介・近況報告の後、テーマを決めて話し合いを行います。看護職である金沢医科大学看護学部の教員・大学院生が活動をサポートしています。医師の治療や薬物療法を否定したり、新たな治療を提供したりする活動はありません。



詳細はブログをご覧ください。

Uフレズのブログ



※最寄りのバス停は北陸鉄道バス「大学前(金沢医科)」です。



あんど

★目的・大切にしていること

&*あんど*は、
 学校が苦手な子どもたち、
 生きづらさを感じている子どもたち、
 そのママたちが、
 『安堵(あんど)して共にすごせる場所』
 を創りたいという想いで活動しています。
 そして、
 大切な生きるヒントを学べる「学び舎」をみんなで
 創っていきたくと思っています。



★活動内容

親子でお気軽にご参加いただけるイベント
 (活動については、公式LINE・Instagramでお知らせしていきます。)

★お問い合わせ

公式LINEよりお願いいたします♪



LYHTY school -IRORI-

さあ、あなたの 灯を輝かせよう!

IRORIは、金沢市にある
フリースクールです。

人々が火を囲み、夢や想いを
語り合う囲炉裏(いろり)の
ような場を、子どもたちに
届けたいと、
2016年に誕生しました。

さあ、あなたの心の灯を
一緒に輝かせましょう!

対象 小学校～高校 (18歳まで)	開校日時 平日 10:00～16:00 (時間外延長あり)	相談見学等 相談見学…無料 体験…4,980円 (3回分)	利用料 詳しくは お問い合わせ ください。	住所 金沢市山の上町 26-52
------------------------------------	---	---	---	-----------------------------------

076-254-5032
info@irori.lyhty.or.jp
 受付 平日 9:00～18:00

ホームページ

インスタグラム

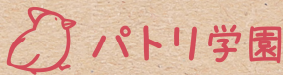
まずはお気軽にご相談ください!

自分のペース
でOK

やりたいこと
が見つかる

安心できる
なかま

楽しく学ぶ



小・中・高・大・成人
オルタナティブスクール

#フリースクール
 #昼の学習塾
 #通信制高校
 #通信制大学
 #キャリアスクール

誰もが
ごきげん
 になる学校



〒921-8052 金沢市保古1-36
 info@patori.jp
 www.patori.jp ☎076-220-7900

無料相談・体験入学は
 公式LINEからお申し込みください
 IDを検索して登録 @406ulitn

日常の様子や授業風景は
 インスタグラムをご確認ください
 INSTA ID @patori_gakuen

昨日は去りました。
 明日はまだ来ていません。
 わたしたちにはただ、今日があるのみ。
 さあ、はじめましょう。

マザー・テレサ

ワンネススクール

フリースクール / 通信制高校 / 就労支援

◆活動内容

学習やスポーツ、季節に合わせた農作業やボランティア、季節ごとのイベント出店やお手伝いなど。活動中はそれぞれに合わせた役割分担で、やりがいを感じるように意識しています。相談のみでも可。見学もできます。

◆目的・大切にしていること

大人から子どもも、みんな生き生きと日々暮らすことを目標にしています。季節に合わせた活動を大事にし、頭だけでなく身体を使ったプログラムを意識しています。

理念は「はたらく」=「端(はた)を楽(ラク)にする」、周りに喜ばれる生き方、それが「はたらく」こと。そんな「はたらく人」を目指します！ワンネス3大原則の行動指針は「失敗は笑って忘れる」「損得で決めない」「とりあえずやってみる！」

◆対象

【フリースクール】小学4年～18歳ごろまで。
【ワンネス高等学院】高卒資格取得+フリースクール。
【就労支援】18歳から30歳ごろまで。

基本的には理念や活動内容に賛同していただき、一緒に活動できる方なら参加可能です。

◆例会会場・日時等

【平日】月～金 10時～15時半ごろ、イベントの時は土日も活動を行います(振替休日あり)。平日の活動は金沢市久安にある金沢校舎で活動を行い、週2回は旧鳥越村(白山市別宮町)にある鳥越校舎で活動しています。毎月第3金曜日は親の会もやっています！お気軽にお問合せください。

◆連絡先・代表者

【電話】076-259-5359 (9時～17時ごろ)
【メール】info@oneness-school.org
【代表】森 要作



メール



ホームページ



公式ライン



フリースクールBASE(ベース)とは

「学校でもない家でもない、秘密基地のような子どもたちの居場所を作りたい」という思いから始まった野々市市のフリースクールです。お家でもない学校でもない、第3の居場所としてこの場所に関わる方々の安心の場所になれることを目標としています。

BASEはこんな場所です！

大通りから少し離れた静かな場所にあります。自然に恵まれた立地で落ち着いて過ごせます！

季節に合ったイベントを開催

お花見、BBQ、お菓子作りなど皆さんで参加して楽しめるイベントや活動を実施しています。



対象児童 小学生～高校生

開校時間 月曜日 9:00～16:00
火曜日～金曜日 13:00～16:00



080-1951-4939
〒921-8805
石川県野々市市稲荷2-26-1

代表 ZUMA
お気軽にお問い合わせください！



みんなの家庭教師

■目的

学校に通えない子ども(20歳以上も可)の学力を向上させ、彼らに居場所や情報を提供すること。

■大切にしていること

「とても敏感な生徒」の気持ちや、その親御さんの気持ちに共感すること。

■活動内容

◎家庭教師

対象:小学生、中学生、高校生、社会人
中学受験、高校受験、大学受験の対策に加え、高校認定試験の対策も行っております。公認心理師や臨床心理士の資格を持つ、女性の家庭教師も数名在籍しております。

◎座談会の開催

不登校を経験された元生徒さんや、その親御さん達に直接お会いできます。ヒントやアドバイスを頂く良い機会です。

◎リモート指導

対象:対面で教えてもらうことが苦手な方に。ZOOMを用いて、「15分間の勉強」から少しずつ慣れていくことができます。また、画面に顔を出す必要はありませんので、安心して始めることができます。コロナ禍以降、石川県外の生徒さんも増えております。

◎通信制高校のサポート

対象:通学での登校が困難な方に。みんなの家庭教師がサポートする通信制高校で、高校卒業を目指すことができます。リモートでの指導を含め、一人一人に合う形で対応します。

◎カウンセリング

対象:生徒や、その親御さん、HSP(とても敏感な方々)の方に。公認心理師や臨床心理士のカウンセリングを受けることができます。

◎リモートを使ったメイクフレンズ(友達紹介)

対象:誰かと繋がりたい方に。趣味を共有できる同年代の方をご紹介します。

◎ひきこもりで悩む方へのサポート

一歩前へ踏み出すために「ポイ活」を利用した支援をしております。

■ご利用時間 9:00～21:00(正月、お盆期間は除く)

■代表者名・連絡先 代表者名:工藤 拓哉

連絡先:090-5175-5432

HP: <http://www.minnanokateikyoushi.c>



目的

子供たちの居場所を作る

大切にしていること

前向きな気持ち。
伴走者としてよりそうこと。
自分らしくいられることを大切にします。



活動内容

- ・学習指導
- ・進路相談
- ・イベント行専・遊ぶ
- ・親の会
- ・ボランティア

対象

- ・不登校・勉強が苦手
- ・発達障がい
- ・学びなおし
- ・高卒認定試験
- ・通信制高校のレポート

etc

etc



076-291-6934

HP <https://akarijuku-kanazawa.com/>

少人数制 個別指導 **あかり塾**



レインボー金沢

■目的

金沢市とその近郊に暮らす、セクシュアル・マイノリティ（性的少数者）のための人権団体です。セクシュアル・マイノリティが自分らしく生きることができるよう、活動しています。

■活動内容・対象

金沢市内でセクシュアル・マイノリティ当事者の交流会を開催（年3回程度）。当事者の方に、安心して楽しい時間をすごしながら仲間とつながり、気軽に相談もできる場を提供しています。

■交流会会場・日時

会場は参加申し込みをした方のみお伝えします。

日時はホームページ・Xで告知します。

■連絡先

メール：rainbow.kanazawa@gmail.com

H P：https://rainbowkanazawa.wixsite.com/since2011

X（旧 Twitter）：@rainbowkanazawa

にじはぐ 石川

（一社）石川県助産師会の性教育に携わるメンバー中心に立ち上げたグループです。

◆目的・大切にしていること

出生時に性別を割り当てるとい役割の助産師として、自分のセクシュアリティに生き辛さを感じているすべての人のお力になればと思います。

◆活動内容・対象

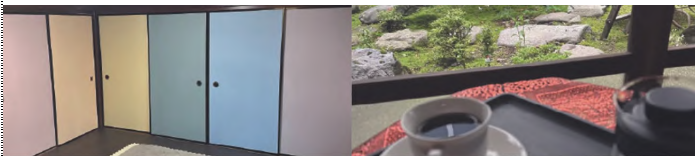
児童・生徒に対しての思春期講座の中で、多様な性が存在し、自分自身そして一人ひとりの違いを尊重することの大切さをお伝えしています。

白山市及び近郊の当事者と家族の会『ひだまりの会』をサポートしています。

◆連絡先

菜の花助産院 植田幸代 3671yukiyo@gmail.com

まき助産院 川島真希 makijosanin@gmail.com



初めての方も
お気軽に
お越しください



出張相談も
はじめました

LGBTQ+や多様な人が集う居場所

築100年以上の金沢町屋を改装した、多様な人々が安心して集まる居場所です。性の多様性に関する書籍、雑誌や情報誌を揃えております。喫茶スペースも併設。

定期イベントや、性のあり方に悩む方のための「相談室」「保護者会」も開催。

開館：11:30-18:00（ラストオーダー／17:30まで）
（金・土 21:00まで）
定休日：火・水

📍 金沢市池田町三番丁 21-2 たてまちパーキング裏出口すぐ右

イベント・相談室などの情報は
WEBサイトでご確認ください

✉ kanazawarainbowpride@gmail.com



一般社団法人金沢レインボープライド
【代表】松中 権 / Diana Hoon

北陸のセクシュアルマイノリティへの理解促進、
誰もが暮らしやすい社会を目指した団体です。



～生きづらさを抱えた仲間に出会いたいあなたのための居場所～

- ・人との付き合いに自信が持てない。
- ・人と話すのが苦手だけど、友達が欲しい。
- ・外出したいが、家から外に出る勇気がない。
- ・このままだと、自分の将来が不安。

自分と同じような悩みをもつ仲間と出会ってみませんか？
石川県こころの健康センターでは、上記のような問題で悩みを抱えている人のためのグループ活動を行っています。あなたの参加をお待ちしております。詳しくは、下記問い合わせ先までご連絡ください。

日時・場所・参加費	活動内容	対象
日 時：毎週木曜日 13時30分～15時30分 場 所：石川県こころの健康センター ※外出することもあります 参加費：無料 ※外出プログラムなどの際には別途、 実費がかかることもあります。	ゲーム、スポーツ、 ペーパークラブ、 調理、外出など ※参加者の話し合いで次月の活動内容を決めます。 話し合いに参加できなくても、予定はホームページから確認ができます。	概ね18歳以上のひきこもり状態の方。 （精神科医療が優先される場合は除く） 定員15名程度

参加方法

興味がある方は、まずご連絡ください。個別面談を通してあなたのご希望を確認します。また、グループの参加適否については当センターで検討し、決定します。見学することも可能です。

問い合わせ先：
石川県こころの健康センター
（相談課）
☎ 076 (238) 5750
〒 920-8201 金沢市鞍月東2-6

石川県こころの健康センター

令和8年度 ひきこもり家族交流会

ご家族同士で経験や思いを共有し、よりより働きかけを学びましょう

日時	年5回 13:30~15:30	場所	石川県こころの健康センター (金沢市鞍月東2-6)
第1回	令和8年 5月16日(土)		
第2回	7月7日(火)		
第3回	10月3日(土)		
第4回	12月5日(土)		
第5回	令和9年 3月2日(火)		



対象者 当センターで個別相談中の家族・過去に当会に参加したことのある家族
(他の相談機関で相談されている方は、ご担当者様から当センターにご紹介いただければ参加の適否を検討させていただきます。まずはご担当者様にお申し出下さい。)
* 第3回・第4回は当センターに相談歴のない方でも参加可能

内容 講義やワークシート記入を交えながら話し合います

- 第1回** 「ひきこもりを理解しよう」 講師：当センター職員
- 第2回** 「安心できる関係づくり」 講師：当センター職員
- 第3回** 「ひきこもりサポーターから学ぶ」 体験発表：ひきこもりサポーター (ひきこもり経験のあるご本人)
- 第4回** 「支援機関や制度を知る」
情報提供①ひきこもりに関する支援機関や制度について 講師：当センター職員
情報提供②ひきこもり関連民間団体について 講師：調整中 (民間団体スタッフ)
- 第5回** 「先回りをやめ、しっかりと向き合って望ましくない行動を減らす」
講師：当センター職員

申込 1週間前までに下記まで電話でお申込みをお願いします。

その他 天候等で中止の場合は石川県こころの健康センター ホームページ
ホームページや公式 X でお知らせします。



申込先：石川県こころの健康センター 相談課 電話 076-238-5750

令和8年度版

ひきこもりで悩んでいる方・ご家族の方へ

1人で悩まないで、同じ悩みを持つ方と一緒に考えてみませんか？
家庭の中でひきこもっている方とどのように接すればいいか、
この先どうすればいいか、将来に不安な気持ちを抱いていませんか？
石川中央保健福祉センターでは次のような相談や、家族交流会を実施
しております。お気軽にご相談ください。



◇ 専門医師によるこころの健康相談 ◇

【場所・日時】
石川中央保健福祉センター：毎月第1~4水曜日 14:00~16:00 (祝日除く)
河北地域センター：毎月第3金曜日 15:00~17:00 (祝日除く)
【対象者】
ご本人・ご家族・関係者等
【利用方法】
前日までに下記のお問い合わせ先にご予約をお願いいたします。
相談時間は概ね1時間です。なお専門医師の都合により、相談日を変更する可能性がありますので、お問い合わせください。

◇ ひきこもり家族交流会 ◇

【場所・日時】
石川中央保健福祉センター 原則毎月第2金曜日 14:00~15:30 (祝日除く)
河北地域センター 奇数月第4金曜日 14:00~15:30 (祝日除く)
【対象者】
社会的参加を回避し、概ね家庭内にとどまり続けている状態、いわゆる「ひきこもり」で悩んでいる 家族等
【内容】 座談会・学習会・個別相談
【利用方法】 前日までに下記のお問い合わせ先にご予約をお願いいたします。
(ひきこもりサポーター (経験者) の参加回もあります)

◇ 保健師等による電話・来所・訪問相談 ◇

【日時】
月曜日~金曜日 (土日、祝日は除く)
8:30~17:45
【対象者】
ご本人・ご家族・関係者
【利用方法】
石記のお問い合わせ先にて随時ご相談をお受けします。お気軽にお問い合わせください。

<お問い合わせ>
石川中央保健福祉センター 健康推進課
(白山市馬場2丁目7番地)
TEL : 076-275-2250

こころの悩みはありませんか？

ひとりで悩まずに、ご相談ください

気分が落ち込む
漠然とした不安がある

何をしても楽しくない
ストレスを強く感じる

眠れない 食欲がない
わけもなく疲れている

金沢市
こころの健康相談 (要予約)



対象：金沢市にお住まいの方

精神科・心療内科に通院中の方は主治医にご相談ください

日程等はこちらから



- 精神科医によるこころの健康相談
ストレス、不安、不眠、ゆううつ、認知症、依存症…などに関する相談
- 心理士によるこころの健康相談
抱えている悩みを一緒に整理するお手伝いなど (医療的なカウンセリングではありません)
- 保健師によるひきこもり相談
本人または家族の個別相談 (概ね18~64歳)

保健師による相談は
随時行っています

※お住まいを管轄する福祉健康センターへご連絡ください

駅西福祉健康センター TEL : 076-234-5103 FAX : 076-234-5104
泉野福祉健康センター TEL : 076-242-1131 FAX : 076-242-8037
元町福祉健康センター TEL : 076-251-0200 FAX : 076-251-5704



心の
サポーター
養成研修



心のサポーター

メンタルヘルスの基本知識や聴く技術などを学ぶプログラム研修を受講した傾聴を中心とした支援を行う人をいいます。厚生労働省は、100万人の「心のサポーター」の養成を目指しています。

内 容：共通研修 (90分) + 選択研修 (30分)

対象者：金沢市に在住・在勤・在学の方

参加費：無料

出前講座もやっています！

受講した方には認定証が
交付されます！



開催日程等についてはこちらから



金沢市ホームページ

『心のサポーター』ページ



◆ひきこもりに関する石川中央都市圏の公的相談窓口 (令和8年6月現在)



ご相談は電話でも承ります。まずは、電話してください。ご家族のみのご相談も可能です。

区分	主な相談内容	担当窓口	電話番号	受付時間 月～金(祝日等除く)
石川県	ひきこもりの相談等に関する事	こころの健康センター 相談課 ひきこもり関連情報は、HPをご覧ください。	076-238-5750	8:30～17:15
		石川中央保健福祉センター 担当地域は金沢市を除く下記の市町です。	076-275-2250	8:30～17:45
金沢市	ひきこもりの相談等に関する事	駅西福祉健康センター	076-234-5103	8:30～17:15
		泉野福祉健康センター	076-242-1131	
		元町福祉健康センター	076-251-0200	
	不登校等に関する事 フリースクールに関する事	教育プラザ 学校教育センター 金沢市不登校支援リーフレット 	076-243-0874	9:00～17:45
	経済的な困窮に関する事	生活支援課 金沢市社会福祉協議会 (金沢自立生活サポートセンター)	076-220-2292 076-231-3720	9:00～17:45
かほく市	ひきこもりの相談等に関する事	健康福祉課(障害福祉係)	076-283-7120	8:30～17:15
		障害者基幹相談支援センターあおぞら	076-283-8890	8:30～17:15
	不登校に関する事	教育センター	076-283-7170	8:30～17:15
	経済的な困窮に関する事	健康福祉課(社会福祉係) かほく市社会福祉協議会 (くらし再建支援センターかほく)	076-283-7121 076-285-8885	8:30～17:15
白山市	ひきこもりの相談等に関する事	福祉総合調整室(長寿介護課内)	076-274-9529	9:00～17:00
		障害福祉課	076-274-9526	9:00～17:00
		いきいき健康課	076-274-2155	9:00～17:00
	不登校等に関する事	教育センター	076-275-7566	9:00～17:00
		子ども総合相談室	076-276-1792	9:00～17:00
	経済的な困窮に関する事	生活支援課 くらしサポートセンターはくさん (白山市社会福祉協議会)	076-274-9509 076-276-9389	9:00～17:00
野々市市	ひきこもりの相談等に関する事	福祉総務課障害福祉係	076-227-6063	8:30～17:15
	不登校に関する事	教育センター	076-248-8456	9:00～17:00
	経済的な困窮に関する事	ののいち自立生活サポートセンター (野々市市社会福祉協議会)	090-6279-2215	8:30～17:15
		福祉総務課地域福祉係	076-227-6061	8:30～17:15
津幡町	ひきこもりの相談等に関する事	福祉課	076-288-7952	8:30～17:15
	不登校に関する事	教育センター	076-288-5363	9:00～16:00
		こども家庭センター	076-288-6702	8:30～17:15
	経済的な困窮に関する事	福祉課	076-288-7952	8:30～17:15
		津幡町社会福祉協議会	076-288-6276	8:30～17:15
内灘町	ひきこもりの相談等に関する事	福祉課	076-286-6703	8:30～17:15
		内灘町社会福祉協議会	076-286-6953	9:00～17:00
	不登校、フリースクールに関する事	内灘町社会福祉協議会	076-286-6953	9:00～17:00
	不登校に関する事	教育センター	076-286-5481	13:00～16:00
経済的な困窮に関する事	内灘町社会福祉協議会	076-286-6953	9:00～17:00	