

ひきこもり支援機関一覧

—姫路市保健所健康課・地域福祉課作成—
(令和8年4月現在)

1 姫路市内のひきこもりの居場所・支援団体

詳細は各連絡先へお問い合わせください。

連絡先	住所	活動日時	対象	主な支援内容	居場所
まちのぶちたぶち 079-240-6299	呉服町48 大手前通り ハヤ第一ビル5階	毎週 月・水曜 10:00~15:00 (祝・年末・年始除く)	不登校・ひきこもり 本人・家族	・レクリエーション ・交流 ・見学だけでも可 (参加費1か月100円)	○
NPO法人 テンペラーレ 070-8521-3091	市民会館7階 グループ活動室 (総社本町112)	相談・イベント 随時 家族交流会 第3日曜 13:30~ 交流会 若者の日 毎月5日 10:00~	不登校・ひきこもり 本人・家族	・定例交流会 ・家族会 ・イベント開催 ・相談業務、個別支援 ・学習支援、就労支援 ・若者交流会	○
KHJ情報センター ふきのとう 090-8378-8032	上大野1丁目11-6	個別相談・訪問 随時	不登校・ひきこもり 本人・家族	・個別相談、家庭訪問	
まんまある 079-232-2444	香寺公民館 2階和室 (香寺町土師396)	相談・居場所 第4水曜 10:00~12:00	不登校・ひきこもり 本人・家族	・ひきこもり、不登校、発達障害の相談 ・家族会 ・ボランティア活動、野外活動、親睦	○
NPO法人えんじょる会 079-236-1078	大津区天満 984-1	相談 月~金曜 10:00~16:30 居場所 月~金曜 9:30~16:00	不登校・ひきこもり 本人・家族	・不登校、ひきこもり、精神障害、発達 障害の相談 ・体験活動	○
コミュニティスペース そらにじひめじ 050-3746-4571	二階町3	11:00~21:00 (日・祝は19:00まで) 原則水曜定休。その他イ ベント等で休みあり	ひきこもり、LGBT 発達障害、精神疾患等 本人・家族、どなたで も可	・講演会 ・お食事会 ・交流会 (1日300円ドリンク、お菓子付き)	○

2 公共機関(姫路市・兵庫県)の相談先

詳細は各連絡先へお問い合わせください。

連絡先	住所	相談日時	対象者	支援内容
兵庫ひきこもり相談支援センター 播磨ランチ 079-240-6299	呉服町48 大手前通り ハヤ第一ビル6階	月曜~金曜・ 第1・3土曜 10:00~17:00 (祝・年末・年始除く) 親の会 一時休止中	不登校・ひき こもり本人と 家族	・ひきこもり相談(予約制) ・訪問支援、電話相談
姫路市福祉つながる窓口 079-221-2303	安田3丁目1 総合福祉会館2階	月曜~金曜 9:00~17:00	ひきこもり本 人家族等	・電話、来所等による個別相談 ・必要な機関の紹介
中央保健センター 079-289-1654	坂田町3番地	月曜~金曜 9:00~17:00	姫路市在住の ひきこもり本 人と家族 ※お住まいの住 所地により担当 が異なります	・電話、来所、訪問等による 個別相談 ・ひきこもり家族学習会 6回1コース/予約制/ 姫路市在住の概ね15歳 以上のひきこもりの家族 (保健所のみ)
中央保健センター北分室 079-265-3075	砥堀428			
中央保健センター安富分室 0790-66-2921	安富町安志1151			
南保健センター 079-235-0320	飾磨区細江2655			
南保健センター家島分室 079-325-1428	家島町宮2169			
西保健センター 079-236-1473	広畑区正門通3-2-2			
保健所健康課 079-289-1645	坂田町3番地	月曜~金曜(予約制) 第1・3土曜 9:00~16:00 (第2・4金曜は 9:00~20:00)	3歳~18歳 の方、保護者	教育相談 (いじめ・不登校・問題行 動・発達における悩み等)
兵庫県精神保健福祉センター 078-252-4980	神戸市中央区脇浜海岸 通1丁目3-2	火曜~土曜 8:45~17:30	ひきこもり本 人・家族、支援 者	ひきこもり相談(予約制)

3 専用電話相談

連絡先	相談日時	支援内容
兵庫県ひきこもり総合支援センター (兵庫県精神保健福祉センター内) 078-262-8050	火~金 9:30~11:30、13:00~15:30	ひきこもり本人と家族の相談
ほっとらいん相談 (兵庫ひきこもり相談支援センター) 078-977-7555	月・水・土 10:00~12:00、13:00~16:00	ひきこもり・不登校・いじめに悩む方及び家族の相談

4 就労に関する相談

連絡先	住所	相談日時	対象者	主な支援内容
くらしと仕事の相談窓口 079-280-2301	安田3丁目1 総合福祉会館内	月曜～金曜 9:00～12:00 13:00～17:00	市民	<ul style="list-style-type: none"> 生活困窮の相談 くらしや仕事の困りごと ハローワークと連携した求職活動支援
ひめじ若者サポート ステーション 079-222-9151	呉服町48 大手前通り ハヤ第一ビル6階	月曜～土曜 (第2・4・5(土)休み、 日・祝・年末・年始除く) 10:00～17:00	15歳～49歳までの無職の人 高校中退(予定)者 上記の保護者	<ul style="list-style-type: none"> 個別相談(就職に関する相談) 就労セミナーの開催 社会参加(ボランティア等) 職場体験、就職後の相談、転職相談
姫路しごと支援センター 079-284-7910	駅前町265 姫路KTビル3階	月曜～金曜 10:00～18:00	就職に悩む方	<ul style="list-style-type: none"> 就職に関する悩み相談 就職関連情報などの提供 就職準備セミナーの開催

5 発達障害や精神疾患、こころの不調についての相談

ひきこもりの背景に、発達障害や精神疾患等の障害がある場合があります。

本人の状況に応じ、専門の相談機関や医療機関、自立を促すための支援を活用することが大切です。

(1) 姫路市内の診療所・精神科病院

発達障害や精神疾患の診断や治療、生きづらさを医療機関で相談できる場合があります。

「姫路市 精神科等医療機関一覧」パンフレットまたはホームページよりご確認ください。

詳細は各医療機関へお問い合わせください。

ホームページは
こちら



(2) 発達障害のある人への支援

連絡先	住所	相談日時	対象	相談内容
ひょうご発達障害者支援センター クローバー 上郡ランチ 0791-56-6380	赤穂郡上郡町 竹万329-1 (あいここペース内)	月曜～金曜 9:00～17:00	発達障害をもつ 本人、家族等	<ul style="list-style-type: none"> 発達障害についての日常生活のさまざまな相談や発達支援や就労支援 姫路相談会：月2回/姫路労働会館/予約制

(3) 障害のある方の相談窓口 姫路市地域相談窓口 “ひめりんく”

障害のある方の自立支援を目的とした相談窓口です。

本人や家族等からの相談を受け付けています。

お住まいの地域により担当ひめりんくが異なります。ホームページよりご確認ください。

ホームページは
こちら



(4) 障害者手帳・自立支援医療をお持ちの方等への支援

連絡先	住所	相談日時	支援内容
姫路市障害福祉課 221-2457	安田4丁目1番地 姫路市役所1階	月曜～金曜 8:35～17:20	障害のある方の自立支援を目的とした各種支援・サービスの申請窓口