

ご本人のお悩み

「人とうまく話せない」

「働きたいけど、どうすればいいかわからない」

「自分に自信がもてない・・・」

「何をしたらいいのかわからない」

一人で悩みを抱えていると、

とてもつらい気持ちになりますね。

心のことやそのほか様々な悩みは、

メルクマールせたがやが、

働くことやその準備についての悩みは

せたがや若者サポートステーションが、

あなたと一緒に考えます。



ご家族のお悩み

「子どもが家にひきこもりがちで将来が心配」

「子どもとコミュニケーションがとれない」

「子どもが学校に行きたがらない」など

お子さんのことで

悩みをお持ちのご家族の方、

お話を聞かせていただけませんか。

本人の自立を支えるのはご家族です。

私たちがご本人を

応援するパートナーになります。

一度ご相談にいらしてください。



世田谷若者総合支援センター

～ 心のことやそのほか様々な悩みなら～

メルクマールせたがや

TEL **03-3414-7867** なやむな ・相談・居場所
FAX 03-6453-4750 ・訪問・家族会

開所時間 月～土曜日 10:00-18:00 (祝日・年末年始除く)

対象 中高世代から39歳までの区民の方とその家族

～働くことやその準備についての悩みなら～

せたがや若者サポートステーション

TEL **03-5779-8222** なやむな ・仕事の相談
FAX 03-3424-7786 ・体験プログラム
MAIL y-setagaya@roukyou.gr.jp ・セミナー

開所時間 火～土曜日 10:00-18:00 (祝日・年末年始除く)

対象 15歳から39歳の方とその保護者の方

〒154-0001 東京都世田谷区池尻 2-4-5

世田谷ものづくり学校 内3階



世田谷若者 総合支援センター



「どこに相談していいのかわからない」

そんなときは、まずお電話ください。

メルクマールせたがや、

せたがや若者サポートステーションが一体となり、

おひとりおひとりの若者の困りごとについて、

さまざまなお手伝いをします。

ひとりでかかえこまずに

あなたの声を

私たちに聞かせてください。



運営

公益社団法人 青少年健康センター / NPO法人 ワーカーズコープ



世田谷区



メルクマルせたがや

CHANCE-CHALLENGE-CHANNEL



うまく人と話せない、何をやってもうまくいかない、家に居づらい、孤独を感じる…等、生きづらさを抱えていたらメルクマルへ。臨床心理士、精神保健福祉士等の専門のスタッフが丁寧に話を聞き、一緒に考えます。安心して過ごせる居場所もあります。

利用者の声

- 一歩出たいと思っている人たちが来ていて、居場所では良い距離感でみんなと一緒にいられました。安心して自分の思いを伝えることができました。
- 一対一で話を丁寧に聞いてもらい、少しだけ自分のことが話せました。相談先ができて社会との接点がここで持てました。
- 家族会をきっかけに相談を利用しました。親である自分が支えてもらうことで、本人と関わる余裕が生まれました。

学校に通いたい
勉強がしたい



健康的な
「こころ」と「からだ」
を取り戻す



友人がほしい
社会と関わりたい



メルサポ

気軽に過ごせる世田谷若者
総合支援センターの居場所です。
申し込みなしで利用できます。
第1・4土曜日オープン

安心して暮らせるように
生活を整える



自分に合った
働き方を考える



まずはこちらに TEL

総合相談窓口

なやむな

03-3414-7867

ゆっくりじっくりお話を聞いて、
あなたにあった機関におつなぎします
100人いたら100通りの
生き方を応援します



一度も働いたことがない、ブランクがある、働いてもうまくいかない…等「働くまで」に悩んでいたらサポステへ。あなたの「働く」ことへの悩みを聞き、一人ひとりの「働きたい」に合わせて応援します。

利用者の声

- 人と関わるのが苦手でしたが、豊富なプログラムへの参加を通して、少しずつ苦手意識がなくなり、働くことに踏み出せました。
- 大学卒業後、就職できず途方に暮れていましたが、私の気持ちや状況に寄り添っていただき、自分のペースで正社員就労を目指すことができました。
- 「もうだめだ」と不安と焦りがあった私に、親身に私らしい働き方を一緒に考えてくれました。