

ひきこもり地域支援センター「そ・えーる」では、
松阪市内にお住まいの、ひきこもり、孤独や孤立
に悩むご本人、ご家族などからのご相談を
受け付けています。
以下の方法にて、ご相談ください。



相談のご予約、各種お問合せはコチラ

# 0598-31-1922

●平日9時から16時30分（土日祝日・年末年始を除く）

ご自分のペースで気軽に相談したい方

**so-yell@matsusakawel.com**

※ メールでのご相談は24時間受け付けておりますが
お返事に時間を要する場合がございます。

話すことが苦手な方にはコチラ

● 右のQRコードを読み込んで
友達追加してください。

※ LINEでのご相談は24時間受け付けておりますが
お返事に時間を要する場合がございます。

窓口へお越しいただける方はコチラ

● 平日9時から16時30分（土日祝日・年末年始を除く）
場所は松阪市役所内1F【窓口⑥-2】
● ご予約は、上記の番号へお問合せください。

※ ご来所が難しい場合は、その旨お申し付けください。

## 出張相談

お急ぎでない方、移動が困難な方などコチラ

● 市内の各地域で出張相談日を設けていますので、開催日程や
場所など詳細は「広報まつさか」または「松阪市ホームページ」
をご確認ください。
● ご予約は、上記の番号へお問合せください。

## 精神保健福祉士による相談

精神科医療に関するご相談はコチラ

● 精神科受診の必要性や、繋がる方法、医療面におけるアドバイス
や対処方法など、こころの悩みについて、広くご相談いただけます。
● 精神科病院に勤務する精神保健福祉士が、ご相談に応じます。
● 開催日程・場所など詳細は「広報まつさか」または「松阪市ホーム
ページ」をご確認ください。
● ご予約は、上記の番号へお問合せください。