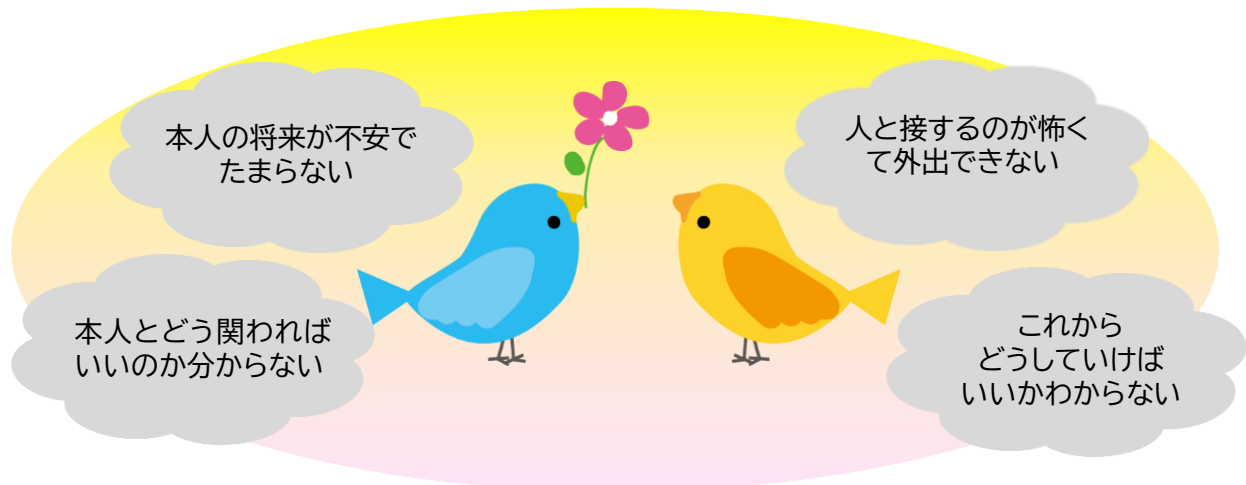


那覇市ひきこもり支援 地域資源ガイド

令和8年4月作成 那覇市地域保健課作成

ご本人、ご家族の力になってくれる機関や団体を「地域資源」としてまとめました。まずは、相談してみませんか？



<表の見方>

電話:電話相談できる、
来所:ご本人・家族が相談先に出向いて相談する
訪問:スタッフがご自宅にうかがって相談する

電話	来所	訪問	駐車場	利用料

相談

① 那覇市保健所 精神保健福祉相談室

那覇市与儀1-3-21(那覇市保健所2階)

■ひきこもりを含む様々な「こころの健康」について
相談支援(電話・来所・訪問等)、家族向け研修会、
市民向け講演会、ひきこもりピア相談を行っています。
「家族だけで悩まず、ご相談ください」

■対 象 那覇市民

■時 間 平日(月～金)9:00～11:30
13:00～16:30

■098-853-7973(直通)

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料



② 那覇市 教育委員会 教育相談課

那覇市松山2-22-1(那覇市津波避難ビル2階)

■小中学生の不登校に関する相談(電話・来所)
■対 象 市内の小中学生とその保護者
■時 間 平日(月～金) 8:30～17:15
■098-941-7867(青少年ダイヤルなは)

※電話相談専用ダイヤルにつながります。
来所相談は予約制。日程調整を行います。

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○			無料

③ 子ども若者みらい相談プラザ 「sorae(ソラエ)なは」

那覇市首里石嶺町4-373-1(沖縄県総合福祉センター西棟3階)

■こども・若者、その保護者や支援者からの相談をお受けします。ニーズに応じて、関係機関を紹介したり、連携するなどの支援を行っています。

■対 象 おおむね39歳までのこども・若者・保護者および支援者

■時 間 火～土 10:00～18:00

■098-943-5335

info@sorae.okinawa

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料



④ 那覇市就職・生活支援 パーソナルサポートセンター

那覇市泉崎1-20-1 6階(グッジョブセンターおきなわ内)

■生活の困りごとから就労のことまで、お話をお聞きし、どんな助けが必要か一緒に考え、安定した生活ができるよう、寄り添いながら支援します。

■時 間 平日(月～金) 9:00～12:00

13:00～16:00

■098-917-5348

naha-ps@rofuku-okinawa.jp

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	※注	※注	無料



※注 お問い合わせください。

⑤ さぽーとせんたー i(あい)

那覇市三原2-6-1 2階

■相談支援、ペアレントトレーニング、ティーチャーズトレーニングなどを行っています。

「ひとりひとりの思いを大切に みんなの思いを聞かせてください」

■対 象 障がいのある64歳までの方

■時 間 平日(月～金) 9:30～18:30

■098-987-1167

wakusapo.i@gmail.com

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料



⑥ 地域生活支援センターEnjoy(エンジョイ)

浦添市前田1004-9番地

■那覇市の委託を受けて障がいのある方が生活するうえで困っていることの相談支援を行っています。

■対 象 障がいのある64歳までの方

■時 間 平日(月～金) 8:30～17:30

■098-877-0552

enjoy@forest.ocn.ne.jp

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○		無料

⑦ 相談支援事業所 ひかり

那覇市首里石嶺町1-151-5

■障がいを持つ方から、こころ、生活の質の向上を支え、その人らしい暮らしと夢の実現、そして個々人の持つ力を支援します。

「寄り添いながら一緒に考えていきます」

■対 象 障がいのある方

■時 間 平日(月～金) 8:30～17:30

■098-886-6688

soudan-hikari@oribuyama.org

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料



⑧ 障がい者相談支援センターすこやか

那覇市古島2-14-4

■那覇市にお住まいの障害がある方で生活に困っている、お話を聞いてほしい方の相談支援を行っています。居場所を併設しています。

■対 象 障がいのある64歳までの方

■時 間 平日(月～金) 8:20～17:20

■098-884-3872

nahashin2@nirai.ne.jp

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料

⑨ NPO法人 あごらぴあ・みんなピア

那覇市長田1-24-27 長田第2メディカルビル

■精神的な不調や生きづらさを感じている方が、安心して過ごし、人とつながることができる居場所・相談の場です。フリースペースでの交流やピアサポート、生活相談などを行っています。見学・相談は随時受け付けています。

■時 間 月～土 9:00～18:00

■ 098-995-7788

minnapia@adorapia.com

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料

⑩ 沖縄県ひきこもり専門支援センター

南風原町字宮平212-3(沖縄県立総合精神保健福祉センター内)

■ひきこもりに関する相談支援(電話・来所・訪問等)、家族教室、県民向け講演会、ひきこもり状態にある方の居場所を行っています。

■時 間 平日(月～金) 10:00～12:00
13:00～16:00

■098-888-1455(相談専用)

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料

居場所

⑪ NPO法人ちゅらゆい kukulu (くくる)

那覇市松川2-1-1Dクレスト1階

■「居場所がない」と感じたら、好きなことから安心して関われる場所があります。夜はフリースペースも。まずはLINEで相談を。

■対 象 主に中高生～20代

■時 間 平日(月～金) 10:00～17:00

■098-943-8502

info@churayui.org

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○		※注

※注 世帯の収入により異なる



⑫ NPO法人わくわくの会 さぼーとせんたーi(あい)から

那覇市首里鳥堀町4-106-4

■「ほっとして、自分を好きになって、一歩踏み出す勇気が出る。そんな居場所を目指してます！」

■対 象 那覇市内在住の発達障がいをお持ちの方、発達障がいが気になる方

■時 間 平日(月～金) 9:00～18:00

■ 090-6867-0883

support-i-kara@oboe.ocn.ne.jp

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○	あり	無料



⑬ 地域活動支援センターⅢ型事業所 ソーシャルハウスあごら

那覇市首里儀保町1-24 喜納ビル3F

■「ソーシャルハウスあごら」は、自由に過ごせる居場所です。ゆんたくしたり、楽器を弾いたり、本を読んだり、寝転んだり…思い思いにのんびりゆったりと過ごしていただける場所です。

■時 間 月・金 10:00～19:00(金:20:00まで)

火・水・土 12:00～17:00

木 12:00～18:00

■ 098-885-7274

agorapia.1997@gmail.com

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○		あり	無料



⑭ 「8050問題」を考える会

那覇市首里桃原町1-8(にじいろ食堂)

■参加された皆さんが、自分の体験や経験を交流する集いの場です。当事者やご家族をはじめ、この問題に関心のある方ならどなたでも参加できます。

■対 象 8050問題に関心のある方

■時 間 毎月第3土曜日 14:00～16:00

■080-9184-3059(クボタ)

agorapia2013@gmail.com

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
	○		あり	無料

⑮ KHJ ていんさぐぬ花の会

那覇市銘苅2-3-1 なは市民活動支援センター内

■不登校・ひきこもりに関わる方の対話交流会、勉強会、研修を行っています。会には、ご家族の他、元不登校の方、元ひきこもりの方、現在ひきこもりの方も参加しています。「不登校、ひきこもりの回復は、まず家庭が健やかになることから」

■日 時 毎月第1土曜日 10:00~12:00

■参加費 500円(会場使用料)

■070-5277-2036(國吉)

info@khj.okinawa

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○		有料	500円



⑯ 不登校・ひきこもりを考える那覇・南部親の会

那覇市与儀1-3-21(那覇市保健所3階)

■ひきこもりや不登校のお子さんのいる親同士が近況報告等をしながら思いを共有し、先輩からのお話を聞きながら交流しています。

■日 時 毎月第4土曜日 14:00~16:00

■参加費 基本無料(夏はクーラー代で100円徴収)

■090-3797-6888(赤嶺)

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
			あり	無料

働 <

⑰ 地域若者サポートステーション琉球

浦添市経塚745-7

■15~49歳までの一般就労を目指す若者のための就労支援機関。キャリアコンサルタントによる個別相談、職業訓練、就活対策セミナー、パソコン資格取得講座、コミュニケーションセミナー、職業体験などにより早期就労に向けての支援を実施。

「あなたの“働く”を応援します」

■日 時 月~木、第2(土)10:00~17:00
金 10:00~12:00

■098-917-2086

info@supportryukyuu.info

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○		あり	無料



⑱ 福祉型ワークスクール zerostep (ゼロステップ)

那覇市泉崎2-10-3 泉崎つねビル202

■ひきこもりやニートの方が社会復帰し、長く活躍できるように、生活習慣の改善や健康面の自己管理能力を身につけながら、働くことを目指す福祉サービスです。

■日 時 平日(月~金) 9:30~12:30
13:30~15:30

■098-894-6825

info@zerostep-okinawa.com

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○		※注



※注 利用料 前年度所得により異なる

⑲ NPO法人ちゅらゆい アシタネットワークス

那覇市真嘉比3-19-26 JJCBビル2階

■「どこに頼ればいいのかわからない」なら、ここから。まず一歩、「働く」の手前からOK。2007年からひきこもりの若者や家族と歩んできたNPOの就労サポートです。

■日 時 平日(月~金) 10:00~17:00

■098-851-8170

ws_ashitane@churayui.org

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
○	○	○		※注

※注 利用料 前年度所得により異なる

⑳ 沖縄県おしごと応援センター One×One (ワンバイワン)

那覇市泉崎1-20-1カフーナ旭橋A街区 6Fグッジョブセンター おきなわ内

■ひきこもり相談支援機関をご利用中の方で、就労への意欲が高まり、働く準備が整ってきた段階で、関係機関と連携しながらOne×Oneの相談へつなぐことができます。ご本人のペースに合わせて支援します。

■日 時 平日(月~金) 9:00~17:00

■098-865-5003

one-onecenter@rofuku-okinawa.jp

電話	来所	訪問	駐車場	利用料
	○			無料

