

他の相談窓口

上越市の機関

- すこやかなくらし支援室（福祉総合相談）
☎ 025-526-5623（月～金曜日）
- 上越市こども家庭センター（福祉総合相談）
☎ 025-520-7490（月～金曜日）
- 上越地域若者サポートステーション（就労相談）
☎ 025-524-3185（月～金曜日）

その他の機関

- 上越児童相談所（18歳未満の子どもの相談）
☎ 025-524-3355（月～金曜日）
- 上越保健所（こころの相談）
☎ 025-524-6132（月～金曜日）
- 新潟いのちの電話上越（年中無休24時間対応）
☎ 025-522-4343
- NPO法人えちご若者元気塾（若者の居場所）
☎ 080-4891-6244（木曜日のみ開催）



若者の居場所

対 象

15歳からの30歳までの若者と
その保護者

時 間

月～金曜日 9:00～17:00

場 所

上越市教育プラザ内
上越市青少年健全育成センター
相談電話：025-545-9249

所在地

上越市下門前1770番地



15歳からの
若者を応援します

F i t
(ふいっと)

家から一步外に
出たいと思っている
あなたを応援します



勇気を出して、まずは電話を！

上越市若者ほっとライン
相談電話

025-545-9249

教育、医療、福祉、就労などの関連機関と連携し、相談しながら、一人ひとりの自立を支援していきます。

相談する

相談受付（電話）・・・

相談の予約日を決めます。

相談・・・

思いを大切に話を聞きます。

Fitでの支援・・・

「やってみようかな」と思ったら、Fitで過ごしてみましょう。

ご家族の相談でも大丈夫です。



Fitで過ごす

何をするか自分で決めます

例えば

- ☐ 悩みを話す、おしゃべりをする
- ☐ 進路について調べる
- ☐ 資格取得について調べる
- ☐ 必要とする勉強にとりくむ
- ☐ コンビニやスーパーで買い物をする体験をしてみる
- ☐ 一人で電車やバスで外出するための方法を一緒に考える
- ☐ スマホを見たり、マンガや好きな本を読んだりする
- ☐ 卓球・ダンス・オセロ・将棋・絵を描くなどの趣味の活動をする
- ☐ 少人数で交流する
- ☐ とりあえずここで過ごしてみる
- ☐ 毎日・週1・隔週・月1・不定期に通う、1時間、半日、終日過ごす など

専門家につながる

- 学びたい、自立したい若者を適切な相談機関に紹介します。
- 専門家は、自分にあった手立てを知りたいと思うあなたを応援します。
- 相談機関につながる時はFit担当者が同行することもできます。
- 交流イベント等に参加する機会があります。

