

## 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

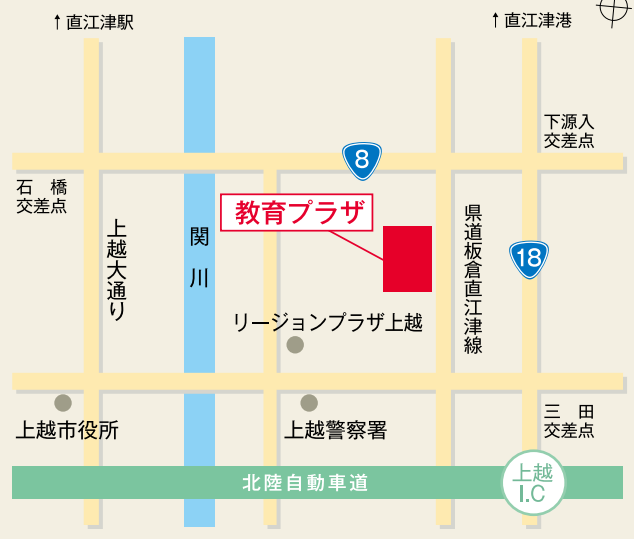
### 場所

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

### 教育プラザ=旧直江津工業高校跡地



15歳からの  
若者を応援します

**F i t**  
(ふいっと)

家から一歩外に  
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で過ごしてみましよう。

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
- 好きな本を読む
- 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試みる
- 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、マンガを読んだりする
- 卓球・オセロ・将棋・絵を描くなどの趣味の活動をする
- とりあえずここで過ごしてみる



## 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。

