

令和8年4月 OPEN !!

# 越谷市ひきこもり 地域支援センター がやほっと

- 越谷市内にお住まいの方が対象です（年齢不問）
- ひきこもりのことでお悩みのご本人、ご家族、関係機関の方からのご相談をお受けします

どうぞ  
ご相談ください

相談無料



越谷特別市民  
ガーヤちゃん

## お問い合わせ

越谷市保健所こころの健康支援室

〒343-8501 越谷市越ヶ谷 4-2-1 越谷市役所 第三庁舎 1階

☎ 048-963-9214

✉ [gayahot@city.koshigaya.lg.jp](mailto:gayahot@city.koshigaya.lg.jp)

受付時間：月曜日～金曜日 8:30～17:15  
（土日祝日・年末年始除く）

この二次元コード  
から がやほっと  
のホームページに  
アクセスできます



ご本人やご家族が集まることができる場所もあります。

## ひきこもり当事者の居場所

市内在住で、人と接するのが苦手な方やひきこもりかもしれない方が過ごせる場所です。時々レクリエーションも実施しています。

毎月 第2水曜日 14:00~16:00 ※予約不要です



## ひきこもり家族のつどい

市内在住で、ひきこもりの子ども等を持つご家族が集まることのできる場所です。市保健所を含む支援機関とつながる場としてもご利用いただけます。毎回心理専門家によるプログラムも実施しています。

奇数月(5・7・9・11・1・3月) 第3水曜日 14:00~16:00

※ご参加を希望される際は事前にお電話でお申し込みください

開催日程や場所などはホームページでご確認ください。

[https://www.city.koshigaya.saitama.jp/kurashi\\_shisei/fukushi/hokenjo/gaya/index.html](https://www.city.koshigaya.saitama.jp/kurashi_shisei/fukushi/hokenjo/gaya/index.html)

この二次元コードからアクセスできます



こころの健康状態のチェックに『こころの体温計』をご活用ください。

スマートフォンや携帯電話などから二次元コードにアクセスして、ご自身やご家族のこころの健康状態などを簡易的にチェックできます。

メンタルケアの指標として、どうぞご活用ください。

この二次元コードを読み込んでください



越谷特別市民  
ガーヤちゃん

お問い合わせ先は表面をご覧ください→