

令和4年度 ひきこもりでお悩みのご家族向け
家族セミナー・個別相談会

★オンライン
(Zoom) でも
同時開催★

【家族セミナー】 時間 13:00～15:00 (開場12:30)

【個別相談会】 各2組 (セミナー終了後4組限定でお受けします)

①15:15～16:15 / ②16:30～17:30

対象 都内在住のひきこもりでお悩みのご家族



定員 各セミナー15名 (定員になり次第締め切り)

申込方法 必要事項(※)を電話またはメール **★事前予約制**

申込先 0120-529-528 (10:00～17:00) / hkks-seminar@sneta.jp

申込締切 下記記載の締切日当日17:00まで

(※) 裏面参照

(注) オンライン (Zoom) の定員はありません。

(注) 回によって会場が異なります。お間違えのないようお越しください。

ひきこもりサポートネットホームページ
<https://www.hikikomori-tokyo.jp/>



家族セミナーの詳細

第7回 10月 15日 (土)
 足立会場 ※申込期間9/15～10/13

家族からみたひきこもり、
 支援者からみたひきこもり
 ～ひきこもりから脱した若者の声～

講師：NPO法人
 青少年自立援助センター

第8回 11月 6日 (日)
 ※申込期間10/6～11/2 八王子会場

家族としてのアプローチを
 見つめ直す
 ～無言の意味、快活のコツ～

講師：NPO法人「楽の会リーラ」／
 (一社) OSDネットワーク理事
 カウンセラー 増渕由子氏

第9回 11月 20日 (日)
 足立会場
 ※申込期間10/20～11/17

大人の発達障害

講師：
 東邦大学医学部精神神経医学講座／
 医療法人財団厚生協会東京足立病院 所属
 医学博士 内野敬氏

第10回 12月 10日 (土)
 足立会場 ※申込期間11/10～12/8

ひきこもる本人をどう理解し
 接すればいいか
 ～家族だからできること家族の事例をもとに～

講師：KHJ全国ひきこもり家族会連合会
 本部事務局長
 家族相談士 上田理香氏

第11回 1月 21日 (土)
 足立会場
 ※申込期間12/21～1/19 (但し、12/29～1/3を除く)

氷河期世代のひきこもり
 ～地域の支援機関～

講師：東京都ひきこもり
 サポートネット

第12回 2月 11日 (土・祝)
 八王子会場
 ※申込期間1/11～2/9

若年層のひきこもり
 ～地域の支援機関～

講師：東京都ひきこもり
 サポートネット

参加申込について

下記項目について「東京都ひきこもりサポートネット事務局」宛に電話又はメールでお知らせください。

- ①氏名（ふりがな） ②居住地（区市町村名） ③電話番号
④参加方法（来所又はオンライン） ⑤参加希望日（複数可） ※申込期間にご注意ください

個別相談を希望される方は次の項目も併せてお知らせください

- ⑥参加希望日時 ⑦対象者との関係（親、きょうだい、その他）
⑧対象者の居住地（区市町村名）・年齢・性別

＜申込先＞ TEL : 0120-529-528 / MAIL : hkks-seminar@sneta.jp

＜当日の連絡先＞ TEL : 080-2234-1953 (9:45~15:00)

*メール受付後、数日中に返信します。オンライン参加の場合はZoomのURL等をお送りします。

*いただいた個人情報は、当該事業のみに使用します

ご来場の際はコロナウイルス感染症拡大防止にご理解・ご協力のほどよろしくお願いします

ご来場いただく一週間以内に発熱や風邪の症状があった場合は参加をご遠慮ください

- ①マスクの着用
②手指のアルコール消毒
③検温（37.5度以上ある方及び同伴者の参加はできません）
①～③にご協力いただけない場合、参加をお断りします



講師紹介

● 一般社団法人 OSD ネットワーク理事 カウンセラー 増渕 由子氏

民間企業22年、オールイズワン研究所を経て、現在、東京メンタルヘルス(株)心理カウンセラー。
県立・市役所・警察署・陸空自衛隊・民間企業の派遣カウンセラー及び研修講師・小学校スクールカウンセラー、NPO法人「楽の会リーラ」ひきこもり電話相談員・カウンセラー、日本精神保健社会学会会員
共著：「ここがコツ！実践カウンセリングのエッセンス」(日本文化学社 分担執筆)、地域におけるひきこもり支援ガイドブック(金剛出版・コラム)

● 東邦大学医学部精神神経医学講座、医療法人財団厚生協会東京足立病院 所属 医学博士 内野 敬氏

日本精神神経学会専門医、精神保健指定医。

精神科診療のほか、厚生労働省の研究事業にて若年者の相談・支援に携わっている。

● KHJ全国ひきこもり家族会連合会 本部事務局長 家族支援士 上田 理香氏

20代の頃、断続的な親子二重の社会的ひきこもりを経験。

2012年よりKHJ全国ひきこもり家族会連合会で、本人・家族の相談や、親の学習会、居場所、ピアソーター研修事業を企画運営。KHJジャーナル「たびだち」にて全国の本人家族の声を発信している。

● NPO法人青少年自立援助センター

1977年東京都福生市に学習塾「タメ塾」として創立。1999年に法人化。当初より一貫して「困難を抱えるあらゆる子ども・若者の支援」を標榜し、障害の有無に関わらず、ひきこもり孤立する若者とその家族への支援を主軸に、長年培った家庭訪問（アウトリーチ）型支援のノウハウを生かし、自立に向けた生活・学習・就労支援を都内で展開。平成30年度より「東京都ひきこもりサポートネット」事業を受託・運営。



<足立会場>



<八王子会場>