

多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」企画・主催

定員 40 名
(申込先着順)

ひきこもり講演会

「社会変化と生きづらさを抱える 人たち」【共催 多摩市地域活動支援センター「あんど」】

社会が目まぐるしく変化する中で、さまざまな要因のために、ひきこもりや不登校など、「だれもが」「いつでも」生きづらさを抱えています。当事者の方や家族会への支援に長年従事されてきた経験や視点から、ひきこもり問題への理解と向き合い方について、共有する機会にしたいと思います。

令和5年3月26日(日)
13時30分～16時30分
(受付開始13時15分～)

第1部
13時30分～
講演会
* 質疑応答
* 交流など

第2部
15時45分～
懇談会
* 参加自由
* 費用500円

場 所 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ(多摩市総合福祉センター)6階集会室

対 象 ひきこもりなど生きづらさのある方とそのご家族、関心のある方など
(他市にお住まいの方も大歓迎)

定 員 40名(申込先着順。定員になり次第締切)
※館内ではマスクの着用をお願いします。



講演 上田 理香 氏(うえだりか)

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(日本家族カウンセリング協会認定)。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に従事し、全国の家族会の立ち上げと取り組みを支援、ピアサポーターの養成研修をはじめ、本人家族へのカウンセリング、兄弟姉妹の会、女子会(女性の居場所)など、多岐にわたり携わっている。2019年度より、東京都ひきこもりに係る支援協議会委員。

★申込・お問合せ

社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センター「あんど」
〒206-0032 多摩市南野 3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ(総合福祉センター) 3階
☎042-356-0307 FAX 042-356-1155 *日曜日・第2土曜日・祝日を除く 8時30分～17時
<https://tamashakyo.jp/jigyou/chiiikikatsudoushien.html>

ひきこもりなど“生きづらさ”を感じている方とご家族へ

多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」

～家族懇談会のお知らせ～

活動日

基本 隔月第4土曜日
(令和5年4月より)
事前申込不要
直接会場へ



Welcome!

お試し参加・ご見学
大歓迎！
一度、参加してみませんか？
お気軽にお越しください

**「学校に行きたがらない」「家にこもりがち」「社会参加・就労しづらい状態にある」
家族として本人への声かけ・寄り添い方がわからないなど、
困りごとや悩みはありませんか？**

同じ境遇にあるご家族が出会い、想いを自由に語り合い、交流が出来る“居場所”です。
ひきこもりなど、生きづらさを感じているわが子の回復に向けて、まずは気軽に集まり、
交流することから一緒にはじめてみませんか。スタッフ一同お待ちしております！

参加者の声

- ・ここでは何を話しても否定されません。安心して話せるし、話すことで人とつながり、道が開けました。(10代男性 母)
- ・同じ境遇にある当事者ならではの話なので、大変参考になっている。(20代女性 母)
- ・話をじっくりと聞いてもらえ、今ではここが自分の“居場所”となっています。(30代男性 母)
- ・具体的なアドバイスがわかりやすく、大変助かった。(40代男性 父)

本活動は平成31年2月より始めました。現在は10代～50代までのひきこもりなど、生きづらさのある子のご家族や支援者が集まって交流をしています。守秘義務を徹底していますので、安心してご参加ください。

日時・場所：基本として隔月第4土曜日（※令和5年4月より）

☆開催日時は変更する場合があります。

お手数ですが事前にお問合せいただきますようお願いいたします。

対象者：ひきこもりなど生きづらさのある方とご家族、関心のある方など
(他市にお住まいの方も大歓迎)

参加費：500円/人（運営協力費として） 当事者・経験者は無料

お問合せ

★多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」代表メール ponpoko1140@gmail.com

★社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会 地域活動支援センターあんど

〒206-0032 多摩市南野3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ3階

☎042-356-0307 FAX 042-356-1155 *日曜日・第2土曜日・祝日を除く8時30分～17時

<https://tamashakyo.jp/jigyou/chiiikikatsudoushien.html>