

# ひきこもり経験者語り

## 家族のつどい

ひきこもり状態にあるご本人の生活を見守るご家族の方は、どう接したらいいのか、どう行動したらいいのかと、悩みを抱え込んでいませんか？

家族のつどいは、ひきこもり問題を抱える家族がグループで話すことで、思いや悩みを共有し、家族が孤立せず安心できるよう、今できることや対応などを皆で一緒に考えていく場です。

ひきこもり経験者の方に、ご自身の体験を語っていただき、参加者（家族）と意見交換ができればと考えています。

### プロフィール

30代・男性

8年間、ひきこもりを経験し、  
現在は就労継続支援A型に通所している。

- ・対象者：ひきこもり状態の方がいるご家族。
- ・内容：今、困っている状況についてお話し頂き、意見交換を行います。
- ・お申込み：事前に電話でお申込み。

日程 2026年2月28日（土）

時間 13:30～15:30

場所 蘇我コミュニティセンター 講習室2



お申し込み・お問い合わせはこちら

千葉市ひきこもり地域支援センターひなた  
千葉市美浜区高浜2-1-16 こころの健康センター内  
☎043-204-1606