

ひきこもり家族勉強会

気づく・わかる・かわる
→ わたしが楽になる

ひきこもりについてお悩みのご家族を対象に、
心が楽になるヒントを学びます。
講義やワークショップを通じて自分の感じ方や行動のくせに気づき、
「自分を楽にしてあげる」方法を見つけることをめざします。

1日目

2026年

9/24(木)

14:00-16:00

2日目

2026年

10/7(水)

14:00-16:00

2日間連続の講座です。1日しか参加できない場合は申込時にお知らせください。

- | | |
|-----|--|
| 対象者 | ひきこもり当事者本人が中野区民であるご家族
※当事者が区外在住の場合、ご家族が中野区民であれば参加可能です |
| 参加費 | 無料 |
| 講師 | 長谷川 俊雄 氏
白梅学園大学 名誉教授 社会福祉士・精神保健福祉士
NPO法人つながる会 代表理事/ social work lab MIRAI 代表 |
| 会場 | 中野区役所 7階701・702会議室 (中野区中野4-11-19) |
| 定員 | 10名程度 (事前申込制・先着順) |

【お申込み・お問合せ】社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 ひきこもり支援事業

電話：090-5412-0666

メール：tunagaru@nakanoshakyo.com



お申込みはお電話・メールもしくはこちらから↑