

## ひきこもりを支える北部家族教室 ☆☆ご案内☆☆

ひきこもりの状態にある方のご家族の多くが、どのように対応すればよいか悩み、なかなか出口が見えない状況で、次の一歩を踏み出せずに苦慮されています。京都府家庭支援総合センターでは、ひきこもり相談の支援のひとつとして、ご家族を対象とした「家族教室」を開催しています。参加者の皆様と力を合わせて下記の取り組みを進めて行きたいと考えています。

なお、参加いただける方は、①京都府在住の方、②ひきこもり当事者が京都府在住のご家族の方に限らせていただきます。

- ◇ひきこもりについての理解を深める。
- ◇本人への接し方、適切なコミュニケーションを学ぶ。
- ◇ひきこもり体験のある方や現場の支援者の話などから、ひきこもりについて学び、対応についてのヒントを得る。
- ◇家族同士の交流によって、それぞれの家庭での対処・対応方法を知る。また、お互いの悩みを分かち合い、家族が元気になる。

会場、日時、内容等は裏面をご参照ください。

- ①第1回～4回は舞鶴総合庁舎（舞鶴市浜2020）で実施します。第5回については、会場を調整の上、改めてご案内させていただきます。
- ②グループディスカッションを実施する場合は4～6名の少人数で実施します。
- ③会場のこまめな換気、家族教室終了後の会場内の消毒を徹底していきます。  
※発熱、咳など体調不良がある場合、参加はご遠慮ください。
- ④講師の都合等により内容が変更になることがあります。ご了承ください。



【お問い合わせ・申し込み先（事前予約が必要です）】  
◇京都府家庭支援総合センター ひきこもり支援担当  
ひきこもり相談電話 075-531-5255  
（月～金、午前9時～午後4時まで）  
☆お電話お待ちしております☆

## 令和8年度 ひきこもりを支える北部家族教室 プログラム内容

	日程	テーマ	内 容
第1回	6月18日(木)	オリエンテーション ひきこもりの基本的知識を学ぶ	この家族教室の目的、大切にしたいこと等についてご説明します。また、ひきこもりの基本的知識について学ぶとともに、事例を通して、大まかな回復のプロセスを学びましょう。
第2回	8月20日(木)	コミュニケーションについて学ぶ	簡単な演習を通して、コミュニケーション、特に相手との「境界線(バウンダリー)」について考えてみましょう。
第3回	10月15日(木)	さまざまな価値観に触れる ～臨床心理士から見た、 ひきこもり支援の実際～	当センターで勤務する臨床心理士から、仕事の様子、仕事で大切にしていること、臨床心理士から見た「ひきこもり支援」の視点等を学びましょう。会の後半では、座談会を行います。
第4回	12月10日(木)	支援事例から学ぶ	支援事例を通して、ひきこもり当事者への接し方を学びましょう。
第5回	令和9年 3月11日(木)	◎ひきこもり家族研修会◎ ひきこもり経験者から学ぶ ～当事者の思い～	【会場未定】 ひきこもり経験者からの話を聞き、当事者の思いや願いを学びましょう。研修会の後半では、ひきこもり経験者、当事者家族、支援者の3者で座談会を行います。

○会場…中丹広域振興局 舞鶴総合庁舎(舞鶴市宇浜2020)

○時間…午後1時30分～3時30分(前半:話題提供 / 後半:質疑応答、家族交流)

<中丹広域振興局 舞鶴総合庁舎>

