

# ひきこもり家族教室のご案内

たいせつなご家族がひきこもりの状態にあるとき…ご家族だけで悩んでいませんか？

長野県精神保健福祉センター（長野県ひきこもり支援センター）と上田保健福祉事務所では、上小圏域において『社会的ひきこもり』と言われる状態にある方のご家族を対象とした「家族教室」を開催します。

「本人とどのように接したら良いかわからない…」 「いつまでこの状態が続くのか…」等、ご家族は多くの悩みを抱えていらっしゃるかと思います。同じ悩みを抱えるご家族同士で語り合ったり、正しい知識を身につけ、家族の対応の仕方について学ぶことで、不安を少しでも軽くし、ご本人の回復に向けて一歩を踏み出す機会としてみませんか。



## 日程

|     | 日時                              | 内容  |
|-----|---------------------------------|---|
| 第1回 | 平成29年8月2日(水)<br>午後1時から午後3時30分まで | ・ひきこもりの基本的な理解と家族の対応について<br>・家族交流会<br>・個別相談(希望者) <span style="float: right;">参加費無料</span>          |
| 第2回 | 平成29年9月6日(水)<br>午後1時から午後3時30分まで | ・家族の心の健康について<br>・地域の資源(相談窓口)について<br>・家族交流会<br>・個別相談(希望者) <span style="float: right;">参加費無料</span> |

## 会場

長野県上田合同庁舎 202・203号会議室(2階)  
\* 上田市材木町1-2-6 TEL:0268-25-7149(上田保健福祉事務所)

## 対象者

「社会的ひきこもり」とされる状態にある方のご家族。(ひきこもり状態にある当事者の方はご参加いただけません)

### 「社会的ひきこもり」とされる状態とは…

- \* 義務教育修了以上の年齢で、長期(6ヵ月以上)にわたって、自宅以外での社会的参加(就学や就労等)がみられない方。
- \* 明確な疾患や障がい(例えば統合失調症、躁うつ病)等がない方。

## 申込み

- \* H29年7月21日(金)までに、下記の申込み先にお電話にてご連絡ください。
- \* ひきこもりの状態や背景は多様で、必要とされる支援も異なることから、担当者が状況をお聞きし、家族教室がお役に立てるかどうか、他に適切な相談先はないか等を検討させていただきます。受講の決定については後日(概ね2週間以内)ご連絡いたします。



## コチラへ

【主催】申込み/問い合わせ先  
長野県精神保健福祉センター（ひきこもり支援センター）長野市若里7-1-7  
電話：026-227-1810 ひきこもり相談担当者まで