

# H29年度ひきこもり家族教室のご案内

## ひきこもりとは...

様々な要因の結果として、人付き合いや仕事・学校といった社会的参加を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を指す言葉です。原則として精神疾患の症状による状態とは異なります。コンビニや本屋には行ける、外出を全くしない、家族とも話しをしない...状態や経過は人それぞれです。

## 家族教室について

ひきこもり問題について正しい知識を学び、同じ問題を抱える家族同士で交流を深め、体験を分かち合うことを通して、解決の糸口を探ることを目的とします。

**対象者** ひきこもり状態にある方(精神疾患の症状による場合を除く)の家族  
( 事前に当センターで個別相談を受け、家族教室への参加が適切と判断された方)

**日時** 5月～3月 原則第1水曜日 (講師等の都合により第2、3水曜日の回もあります)  
午後1時30分～3時30分

**場所** 栃木県精神保健福祉センター 2階 研修室 (宇都宮市下岡本町2145-13)

**内容** 講話や体験による学習及び家族ミーティング

日程	内容
5月10日(水)	講話:ひきこもりとは
6月7日(水)	講話:若者支援(1)～家族支援を中心に～
7月5日(水)	講話:若者支援(2)～本人支援を中心に～
8月2日(水)	講話:就労支援
9月6日(水)	ビデオ視聴・家族ミーティング(1)
10月4日(水)	講話:ひきこもりと発達障害について
11月1日(水)	講話:本人の体験談
12月13日(水)	講話:家族の体験談
1月17日(水)	ビデオ視聴・家族ミーティング(2)
2月7日(水)	講話:精神医療が必要なとき
3月14日(水)	体験:家族のメンタルヘルス

初めて参加を希望される場合は、まず電話でご連絡ください。

栃木県精神保健福祉センター TEL:028(673)8785

