

# 令和7年度 ひきこもり家族教室

千葉県ひきこもり地域支援センターでは、ひきこもりの相談支援を受けている方向けに家族支援「ひきこもり家族教室」を行っています。

同じような悩みを持つ家族が集い、ひきこもりについて学び語りあい情報交換することで、不安を軽減し家族が少しでも安心できるようお手伝いの場としてご利用ください。



- \*日 時\* 奇数月 第4金曜日 13:30~15:30 全6回
- \*会 場\* 千葉県精神保健福祉センター **研修室(変更しました!)**
- \*対象者\* ひきこもり当事者を抱える家族
- \*申込み\* 随時受付中  
※参加ご希望の方には、事前に来所面談を行います。
- \*定 員\* 10 **15名程度(増員しました!)**※事前申込みが必要

	日 程	内 容
第1回	令和7年5月23日(金)	ひきこもりのメカニズム
第2回	7月25日(金)	ポジティブなコミュニケーションスキルの獲得① ~安心できる関係づくり~
第3回	9月26日(金)	問題行動を理解する
第4回	11月28日(金)	ポジティブなコミュニケーションスキルの獲得② ~望ましいコミュニケーションについて~
第5回	令和8年1月23日(金)	家族自身の生活を豊かにする
第6回	3月27日(金)	相談機関の利用の仕方



入口は建物右玄関  
エレベーターで  
4階です。

ひきこもり家族教室は **参加費無料**  
家族の来所面談も**無料**で相談できます。  
まずは電話でご相談を!



●○● 申込み・問合せ先 ●○●

千葉県ひきこもり地域支援センター(千葉県精神保健福祉センター)  
〒261-0024 千葉県千葉市美浜区豊砂6番1

**ひきこもり相談 電話番号：043-307-3812**

月曜から金曜(祝日・年末年始を除く)

時間 午前9時30分から午後4時30分

※面談予約や家族教室への参加も上記へご連絡ください。

※専用駐車場の準備がないため、なるべく公共交通機関をご利用ください。

