

2025(令和7)年11月

## ひきこもり家族の集い

ひきこもり状態にある方とそのご家族との信頼関係は、多くの場合、揺らいでしまっています。当事者の方が元気になっていくためには、その信頼関係を再構築する必要があります。

北区ではその支援を地域全体で行うため、5月に「ひきこもり地域の集い」を開催しました。11月には「ひきこもり家族の集い」をリニューアルして開催します。昨年までの講演会形式は「地域の集い」に譲り、今回から家族経験者（親・兄弟）やひきこもり経験者の話を交えて、家族同士がつながり、悩みを打ち明け、話し合う場になります。



- 【時間】 午後1時30分～午後4時30分（開場:午後1時15分）
- 【場所】 赤羽会館 4階 小ホール（北区赤羽南1-13-1）
- 【対象】 ひきこもり状態の方がいるご家族（本人、家族のどちらかが区内在住であれば可）  
※ひきこもりについてお悩みのご本人(当事者・経験者)もご参加いただけます。
- 【定員】 30名程度（先着順）
- 【参加費】 無料
- 【申込】 10月31日(金)午後5時までに、裏面記載の北区申込フォームからお申し込みください。楽の会リーラ事務局でも「メール」または「電話」で受け付けております。

※当日空席があれば、お申し込みがなくてもご参加いただけます。

**北区委託事業**（当事業は北区の委託を受けて楽の会リーラが行っております。）

特定非営利活動法人 楽の会リーラ（らくのかいリーラ）



〒170-0002 豊島区巣鴨3-16-12 巣鴨GMビル202号室

【楽の会リーラ事務局】（事務局の電話受付は毎週水曜日、金曜日の午後1時～午後5時）

電話番号 → 03-5944-5730 Email → info@rakukai.com

楽の会リーラwebサイト → <https://rakukai.com/> ※2次元コードからもwebサイトに行けます。



協力：不登校・ひきこもりの自主家族懇談会「赤羽会」

# プログラム



テーマ：「家族の役割について考える」

午後1時15分 開場・受付開始

午後1時30分～午後2時45分 当事者・経験者や家族による経験談

登壇者：家族経験者（親1名、兄弟姉妹1名）、ひきこもり経験者（2名）

（参加者の中から登壇していただくわけではありません。事前に4名の方に登壇をお願いしています。）

休憩

午後3時～午後4時30分 小グループに分かれて、テーマについて話し合い

午後4時30分 閉会

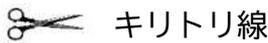
## 申込について

スマホなどを使って「北区申込フォーム」から申し込む →  
パソコンなどを使って申し込む ↓



<https://www.city.kita.lg.jp/socialcare-health/welfare/1008965/1008966.html>

東京都北区公式ウェブサイトのひきこもり相談・居場所事業のアドレスです。ページ内に家族の集いの「北区申込フォーム」へのリンクがあります。



### 2025年11月1日開催 東京都北区 家族の集い 申込書

事務局電話番号：03-5944-5730

事務局E-mail：info@rakukai.com

ふりがな		<input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> 本人(当事者・経験者)
お名前		
住所	〒      ー	
電話番号	ー                      ー	
メールアドレス		

◆ この申込書を北区みんなの居場所にお持ちいただいても申し込みができます。メールで申し込む際は、参考にしてください。 ◆ 名前はニックネームでも構いません。 ◆ 住所はおおまかな記載でも構いません。  
(例：東京都北区王子) ◆ 電話番号とメールアドレスは、どちらか一方だけでも構いません。