

「このままでいいのだろうか」「これから先の希望が見えず不安…」

家族会は、暗闇のなかで灯台の光を見つけてほっとするような、家族の居場所です

ひとりで抱えていた悩みを下ろして、気持ちを楽にすることから始めてみませんか。

ほかの方のお話を聴くだけでもかまいません。これからのヒントをご一緒に見つけていきましょう

## 足立ひきこもり家族会

懇親会形式ですのでお気軽に参加でき、必要に応じてゲストより家族又は本人目線で、また親の経験者よりアドバイスを頂く自主的な家族会です。お互いにひきこもりについての悩みを共有し、ヒントを出し合い、支え合う場を目指します。時には問題解決のために、専門家によるアドバイスもいただきます。飲み物等は各自ご持参ください。事前申込みは不要です。直接会場へお越しください。

〈開催日時〉 毎月第2土曜日 13時30分～16時30分

但し、第2土曜日が祝日の場合は休みます。

〈対象〉 足立区民の方で、ひきこもりのお子さんを抱えるご家族、ご本人及び関心のある方。

### 会場

足立区くらしとしごとの相談センター「会議室」  
(足立区梅島2-2-2)

### 【電車】

東武スカイツリーライン梅島駅から徒歩12分

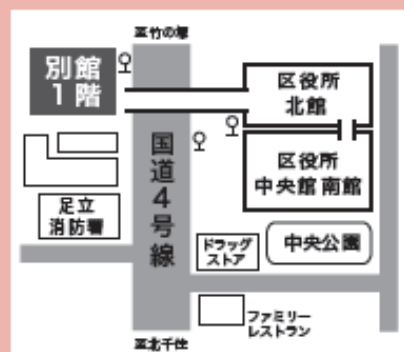
### 【バス（一例）】

北千住駅から都営バス「北47」足立区役所前下車

竹の塚駅から都営バス「北47」足立区役所前下車

西新井駅または綾瀬駅から「はるかぜ」

足立区役所前下車



参加費  
¥500

参加者のお立場や年齢は問いません。ごきょうだい、ご親族の参加も可能です。

守秘義務を徹底していますのでご安心ください。

生活上の背景は違いますが、家族同士の共通点も多く、話して気持ちが楽になった、情報交換ができた、他の方の話がとても参考になったという声が届いています。



※参加にあたってはクラスター対策のため、連絡先の提出をお願いしております。予めご了承ください。

〈今後の予定〉 7月10日(土) 保健師さんとの懇談会 8月14日(土) カウンセラー相談会  
9月11日(土) SODAの相談員さんを囲んでの相談会

足立家族会は、ひきこもり地域連絡協議会(東京)とネットワークを組んで活動しています。  
都内25地域に家族会があります。情報はこちらから。

ひきこもりの地域家族会  
連絡協議会(東京)

