

ひきこもり家族教室のご案内

大切なご家族がひきこもり状態にあるとき、ご家族だけで悩んでいませんか？

『ひきこもり』とされる状態にある方のご家族を対象とした「ひきこもり家族教室」を開催します。

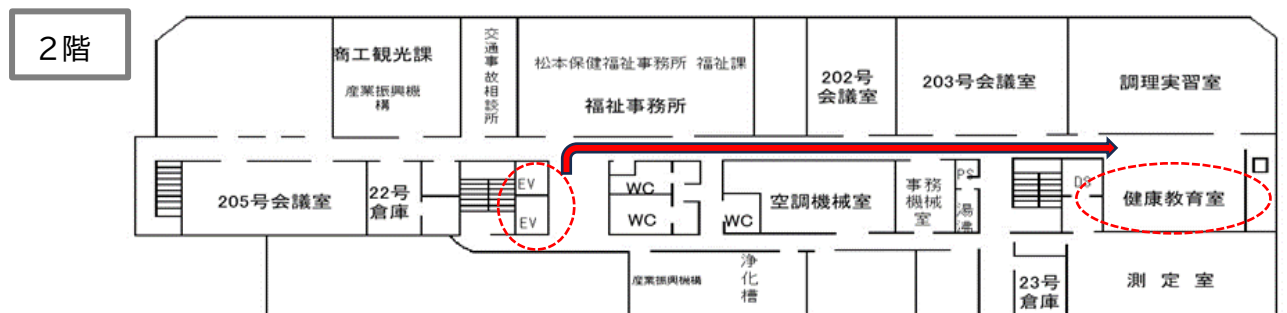
同じ悩みを抱えるご家族同士で語り合ったり、ひきこもりについて正しい知識を身に付け、家族の対応の仕方を学ぶことで、不安を少しでも軽くし、ご本人の回復に向けて一歩を踏み出す機会としてみませんか。

◆日程等

日 時	内 容	申込可能期間
<1日目> 令和8年 10 月 6日(火) 午後1時30分から午後3時30分	・講義：ひきこもりの基本的な理解と家族の対応について ・家族交流会	令和8年9月25日(金)
<2日目> 令和8年 10 月 20日(火) 午後1時30分から午後3時30分	・講義：困った状況への対応方法と地域資源の紹介 ・家族交流会	平日 午前9時から 午後4時30分

◆会場

松本合同庁舎 2階 健康教育部（松本市大字島立1020）



◆対象者

松本市、塩尻市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村にお住まいの方のうち、「ひきこもり（※）」の状態にある方のご家族で、2日間のプログラムを継続して受講可能な方。

（※）15歳以上で、自宅以外での社会的生活（就労・就学だけではなく、居場所への参加等の家族以外との交流）がほとんどみられない。

◆注意事項

- (1) 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ため、受付時に当事者とそのご家族の状況をお聞きし、状況によっては必要と思われる他の相談先等へご案内する場合があります。
- (2) 参加費は無料です。
- (3) 当事者の方は参加できません。

◆申し込み・問い合わせ先

～松本市にお住まいの方～ 松本市保健所 健康づくり課 TEL 0263-34-3217	～松本市以外にお住まいの方～ 松本保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 0263-40-1939
---	--

〈主催〉長野県松本保健福祉事務所、松本市保健所 〈共催〉長野県精神保健福祉センター

