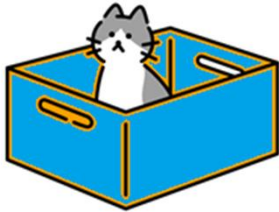


# 令和8年度 ひきこもり家族教室

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、グループワークをとおしてひきこもりについて学びます。家族が少しでも安心できる場として、ご利用ください。



- \*日 時\* 第2金曜日 午後1時30分～3時30分 全6回
- \*会 場\* 千葉県精神保健福祉センター 研修室
- \*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名まで ※事前予約申込みが必要

日 程		内 容
第1回	令和8年4月10日(金)	ひきこもりのメカニズム
第2回	5月 8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	6月12日(金)	問題行動を理解する
第4回	7月10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	8月14日(金)	家族自身の生活を豊かにする
第6回	9月11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は、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。

