

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10月 9日(金)	ひきこもりのメカニズム
第2回	11月13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	12月11日(金)	問題行動を理解する
第4回	令和9年 1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② ～望ましいコミュニケーションについて～
第5回	2月12日(金)	家族自身の生活を豊かにする
第6回	3月12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！



・〇● 申込み・問合せ先 ●〇・

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。

