

ひきこもるこころを 理解する

～ひきこもり経験者として伝えたいこと～



林 恭子氏

一般社団法人 ひきこもり UX 会議 代表理事

高校 2 年で不登校に。その後 30 代まで断続的にひきこもるが、信頼できる精神科医や同じような経験をした仲間達との出会いで少しずつ自分を取り戻す。2012 年から「自分たちのことは自分たちで伝えよう」との思いから「当事者発信」を開始し、イベント開催や講演、研究会講師など当事者支援活動中。

現在、新ひきこもりについて考える会世話人 / 東京都ひきこもりに係る支援協議会委員 / 就職氷河期世代支援の推進に向けた全国プラットフォーム議員 / 東久留米市男女平等推進市民活動会議議員 等

* 著書：「ひきこもりの真実＝就労より自立より大切なこと」（ちくま新書）

令和 5 年

9.16 土

開場・受付開始

12:30

第 1 部 講演会

13:00 ～ 15:00 (途中休憩、質疑含む)

第 2 部 無料相談会

15:20 ～ 16:30 (前・後半各 30 分)

※無料相談会はご予約制です。当 NPO 法人カウンセラーによる相談対応となります。お申込みはチラシ裏面をご覧ください。

参加費

500 円 (テキスト、資料代として 1 家族あたり) 当日会場にて。

支援関係者、関係団体の方はおひとりずつお申込みください。

お申込

先着 120 名様 (ご家族・当事者・支援者・ご関心のある方 どなたでもお申込みいただけます)

裏面の参加申込書へご記入の上、FAX、郵送、下記 WEB 申込みフォームよりお申込みください。

折り返し受講はがき、または受講メールをお送りいたします。※締切日：9 月 6 日 (水) 必着

会 場

柏市教育福祉会館 ラコルタ柏 5 階講堂 * 詳しくは裏面の地図をご覧ください。

柏市柏 5-8-12 柏市役所隣接 / 柏駅東口徒歩 15 分 / 柏市役所駐車場は有料となります。

送付先
お問合せ

認定 NPO 法人キャリアデザイン研究所 ひきこもり家族セミナー係

〒 277-0842 柏市末広町 5-16 エスパス柏ビル 5 階「5F-D」

tel. 04-7137-7470 平日 10:00 ～ 17:00

fax. 04-7137-7475



WEB 申込みは
こちら！

第 16 回ひきこもりのための家族セミナー参加お申込み書

* = 必須

氏名 *	ふりがな	ご年代	歳代
ほか参加ご家族	ほか 名 / 氏名		
電話番号 *			
住所または * メールアドレス	〒 ※ 8 月中旬以降、順次受付完了のご連絡を送付いたします。		
個別相談希望の有無	☐ 希望しない ☐ 前半 15:20 ～を希望する ☐ 後半 16:00 ～を希望する ☐ 希望する（時間はどちらでもよい）		
お申込みのきっかけ	☐ DM ☐ () 市広報 ☐ 口コミ ☐ () 新聞チラシ ☐ そのほか ()		
皆様のお立場	☐ 家族 ☐ 当事者 ☐ 関心を持つ個人 ☐ 学校関係者 ☐ 支援関係者 ☐ そのほか ()		
通信欄 (知りたい内容、ご質問等)			

※個人情報につきましては、当 NPO 法人主催の案内のみに利用させていただきます。

FAX の方

04-7137-7475

郵送の方

〒 277-0842 柏市末広町 5-16
 エスパス柏ビル 5 階「5F-D」
 認定 NPO 法人キャリアデザイン研究所
 ひきこもり家族セミナー係

WEB の方

二次元バーコード、
 または <https://npocdi.org/> より申込
 ページへアクセス



会場のご案内

柏市教育福祉会館 (中央公民館併設) ラコルタ柏 5 階講堂

柏市柏 5-8-12 柏市役所隣接

- ・ 柏駅東口より徒歩 15 分
- ・ 柏市役所駐車場は有料となります。

当 NPO について



認定 NPO 法人キャリアデザイン研究所では、当事者との関わりについて悩む家族のための相談会、「さなぎの会」(家族の会)を、原則毎月第 3 土曜日に開催しております。また、ご本人のサポートを目的とした「かしわ地域若者サポートステーション」「まつど地域若者サポートステーション」を厚生労働省より認定を受け運営しております。お気軽にお問合せください。

- ・ かしわ地域若者サポートステーション ... 柏市柏下 66-1 柏市保健勤労会館 2 階 04-7100-1940
- ・ まつど地域若者サポートステーション ... 松戸市松戸 2060 松戸商工会議所別館 2 階 047-703-8301

