令和８(２０２６)年度 第2回 家族の集い

開催日 12/5(土)

ひとりで悩まず、話してみませんか

ひきこもりの方をもつご家族のための

東京都北区 家族の集い

どう接していいのか分からない
同じ立場の人の話を聞いてみたい
つらい気持ちを分かってほしい
ひとりで抱え込んでしまっている
—こんな思いはありませんか？



「家族の集い」は家族経験者（親・兄弟）や
ひきこもり経験者の話を交えて、家族同士が
つながる場です。

開催概要

日時 令和８年１２月５日(土) １３：１５開場

場所 滝野川会館 3階 ３０３集会室 （北区西ヶ原１－２３－３）

対象 ひきこもり状態の方がいるご家族（本人、家族のどちらかが区内在住であれば可）
※ひきこもりについてお悩みのご本人(当事者・経験者)もご参加いただけます。

定員 ２０名程度 【個別相談会の定員：５名(組)】

お申し込みについては裏面をご覧ください。

１３：１５ 開場・受付開始

第１部 ８０５０トークショウ「親、兄弟姉妹が真剣に考えることとは！」
１３：３０～１５：１５
コーディネーター（NPO法人楽の会リーラ副理事長：阿部達明氏）
（登壇者：家族ピアサポーター２名、経験者ピアサポーター２名）

１５：１５～１５：３０ 休憩

第２部 個別相談会 & 小グループでフリートーク
１５：３０～１６：３０
＊フリートークと並行して個別相談会を行います。

１６：３０ 閉会

お問い合わせは、楽の会リーラ事務局までお願いします。 【メール】 info@rakukai.com

第２部ではご家族同士でゆっくり話せます。

無理に話さなくても大丈夫です。

安心して参加できる場づくりを大切にしています。

相談会を同時開催します



【 相談会について 】

本相談会は、家族ピアサポーターが相談を受けます。
相談員を務める家族ピアサポーターとは、家族会内で一定の講習を受け、その後、家族会スタッフや当事者向けの「居場所」スタッフをしてきた、ひきこもりの子をもつ親などです。

申込方法

【スマートフォンで申し込む】

右記QRコードからアクセスしてください。

【パソコンで申し込む】

北区役所ホームページ内の右上の検索（🔍）から「ひきこもり　家族の集い」で検索し、家族の集いのページから申込フォームへアクセスしてください。
（個別相談会も同時に申し込めます。相談会を希望される方が多数の場合は、申込先着順とさせていただきます。）

申込締切：12月2日（水）午後5時まで

〈申込に関する問合せ先〉
北区役所 生活福祉課 生活支援係（03-3908-9046）

東京都北区 委託事業（当事業は北区の委託を受けて楽の会リーラが行っております。）
運営：特定非営利活動法人 楽の会リーラ（らくのかいリーラ）
【楽の会リーラ事務局】（事務局の電話受付は毎週水曜、金曜の午後1時～午後5時）
電話番号　03－5944－5730　　Eメール　info@rakukai.com
webサイト　https://rakukai.com/
協力：不登校・ひきこもりの自主家族懇談会「赤羽会」