

令和8年度 ひきこもり家族教室のご案内

誰にも言えず
に悩んでいますか？



長崎県ひきこもり地域支援センターでは、ひきこもりで悩んでおられるご家族を対象に家族教室を開催します。

精神科医師の講話や、^{クラフト}CRAFTという技法を用いて、ひきこもりの基礎知識や対応方法を学びます。また、参加される方との様々な意見交換を通し、ご家族の不安や孤立感が軽減される場にしたいと思っております。ご家族の方が少しでも楽な気持ちで暮らせるヒントが見つかる場にしたいと思っております。お気軽にご参加ください。



🌸 対象者：学校や職場に行かず、自宅(家庭)にひきこもっている状態の方がいるご家族。

🌸 日時：下記日程のとおり 時間10:00~12:00

🌸 内容：当センターが作成したテキストに沿って実施します。

参加費
無料

回	日時	内 容
1	7月24日(金)	精神科医師講話「ひきこもりに伴う症状と対応についての理解」
2	8月28日(金)	問題行動の理解
3	9月25日(金)	コミュニケーション方法を身につける
4	10月23日(金)	上手にほめて望ましい行動を増やす
5	11月27日(金)	先回りをやめ、望ましくない行動を減らす
6	12月25日(金)	家族自身の生活を豊かにする、相談機関への進め方
7	2月26日(金)	フォローアップ

🌸 申込期日：令和8年7月3日(金)まで

🌸 問合せ：長崎こども・女性・障害者支援センター **095-846-5115**
(長崎県ひきこもり地域支援センター)

※最寄りの保健所等からのオンライン受講も可能です。
詳しくは当センターへお問い合わせください。

まずはお電話にて
お申し込み、
お問合せ下さい



☆長崎県ひきこもり地域支援センター（長崎市橋口町10-22）
（長崎こども・女性・障害者支援センター内）



JR長崎本線浦上駅下車～

長崎バス・電停「大橋」下車徒歩 10分

長崎バス「如己堂下」徒歩 1分、県営バス「浦上天主堂前」徒歩 3分

案内図



◆お問い合わせ・ご相談等のお申し込みは

☎ 095-846-5115（直通）

長崎県長崎こども・女性・障害者支援センター
（長崎県ひきこもり地域支援センター）

（窓口開設時間）

月曜～金曜 9:00～17:45

※祝日・年末年始を除く



電話相談、来所相談は随時受け付けています。

※来所相談は事前予約が必要です