



令和8年度 郡山市ひきこもり家族教室のお知らせ

郡山市保健所では、「社会的ひきこもり（自宅にひきこもり、学校や仕事に行かない状態）」の方を抱えるご家族を対象に家族教室を開催します。「家族がひきこもりになってしまったがどうすれば…」 「どのように接するといいのか」という不安やあせりを感じることもあるでしょう。

講話や同じ悩みを持つご家族同士の交流を通して、ご本人への理解を深め、正しい知識やかかわり方について学んでみませんか？

◆日付・講話内容

	日付	講話内容
1	5月18日(月)	ひきこもりを理解しよう
2	6月22日(月)	ひきこもりの経過と家族の対応
3	7月17日(金)	お金と将来の問題
4	8月25日(火)	発達障害・こころの病
5	10月9日(金)	ひきこもりの理解～当事者の体験談を通して～
6	11月13日(金)	支援機関・使えるサービスの紹介
7	12月15日(火)	聴き上手になろう
8	令和9年1月26日(火)	ストレス対処と自分ケア

※8回通しての参加をお勧めしますが、途中から参加することもできます。

※講話内容は変更する場合があります。前半約1時間で講話を行い、後半約1時間で家族交流を行います。

もし時間や交流が苦手などの理由で、家族交流への参加が難しい場合は途中退出も可能です。事前に下記の間合せまで相談ください。

◆対象者

郡山在住の10歳代後半から40歳代のひきこもりの方を抱えているご家族

◆場所

郡山市保健所 3階 第2読影室
(郡山市朝日二丁目15番1号)

◆定員

20名程度

◆時間

午後1時30分から午後3時30分まで

◆スタッフ

精神科医・臨床心理士・保健師等

◆申込み

右記のQRコード
または、下記の間合せ先
から申込みお願いします。



◆費用 無料



【問合せ】郡山市保健所 保健・感染症課 精神・難病係
電話：024-924-2163