



# 令和7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1日（木）	ひきこもりを理解しよう
2	6月2日（月）	ひきこもりの経過と家族の対応
3	7月8日（火）	発達障害・心の病
4	8月26日（火）	ひきこもりの理解～当事者の体験談を通して～
5	10月10日（金）	支援機関・使えるサービスの紹介
6	11月21日（金）	ひきこもりサバイバルプラン
7	12月8日（月）	聴き上手になろう
8	令和8年1月26日（月）	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。

### ◆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コードから  
申込みをお願いします。



### ◆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