

2019年度

社会的ひきこもり家族教室

精神保健福祉センターでは、「社会的ひきこもり」の状態にある方のご家族を対象とした家族教室を前期は6月から、後期は11月から開催します。

ひきこもりについて理解を深め、コミュニケーションの方法を学び、参加者のみなさん同士がともに考え、話す場です。みなさんのご参加をお待ちしています。

(今年度の前期からの場合、今年度後期までの全8回約1年間のコースとなります)

○ 日時 前期：6月～9月、後期：11月～2月 (12月のみ第3木曜日)
毎月 第4木曜日 14時から16時まで (裏面をご覧ください)

○ 内容 講話(ひきこもりの理解や対応方法)、意見交換



○ 対象 北九州市内在住で「社会的ひきこもり」状態にある方のご家族

～対象の「社会的ひきこもり」の状態とは～

概ね18歳以上の北九州市内在住の方で、およそ、次の状態にあてはまる方です。

- ①長期(おおよそ半年以上)にわたって、年齢に相応した自宅以外での社会的生活(就労、就学だけでなく、家族以外の人との対人交流)がみられないこと
- ②明確な疾患や障害(例えば統合失調症、躁うつ病、パニック障害、強迫性障害、発達上の障害等)の存在が考えられないこと

○ 参加希望者には、事前にお話を伺います。(面談場所：住所地の区役所保健福祉課)
まずは下記まで、お電話ください。

○ 申し込み締切 前期は 2019年6月11日(火) まで
後期は 2019年11月12日(火) まで



○ お申込み・問い合わせ・会場
北九州市立精神保健福祉センター
北九州市小倉北区馬借一丁目7-1 総合保健福祉センター 5階
電話 093-522-8729

★裏面もご覧ください

社会的ひきこもり家族教室

○プログラム

前期・後期の全8回、1年間の教室です。後期からの参加者は翌年の前期までです。

第4木曜日 14:00～16:00 (※12月のみ第3木曜日)



前期			後期		
回	日にち	テーマ	回	日にち	テーマ
1	6月27日(木)	ひきこもりについての理解や対応方法	1	11月28日(木)	ひきこもりの経過と家族の対応
2	7月25日(木)	ひきこもりの経過と家族の対応	2	※12月19日(木)	ひきこもりについての理解や対応方法
3	8月22日(木)	家族の立場からのメッセージ(経験談)	3	2020年1月23日(木)	本人の立場からのメッセージ(経験談)
4	9月26日(木)	フリープログラム 前期のまとめ	4	2月27日(木)	フリープログラム 後期のまとめ

★ 上記プログラムでは、テーマを学び、参加者同士の意見交換を行います。

★ 別途 市民向け講演会「ひきこもりを考える集い」(ひきこもり経験の発表)を8月頃開催予定です。

○家族教室のねらい

- ・家族自身が健康に過ごせるようになる
無理をしない / よい面を見る / 原因探し
ではなく、これからの生きる対応の工夫を
- ・家族が仲間と出会い孤立感を和らげる
思いを語り合う / 安心して話せる場となるように

○参加のための約束ごと

- ・ここで聞いた話は外へ持ち出さない
- ・話すことが負担に思える時は、パスしてOK

イラスト提供

「すてっぷ」イラスト部



交通のご案内



●JR「小倉」駅より徒歩15分 ●西鉄バス「市立医療センター前」バス停より徒歩約1分

●モノレール「巨港駅」より歩道橋で総合保健福祉センター2層に直結 ※総合保健福祉センターの地下駐車場のご利用はご遠慮下さい。