

ひきこもり・生きづらさカフェ

～わかち合い&ちょっと相談の場～



出入り自由・参加無料
秘密厳守・申込み不要

ひきこもりや生きづらさを抱える本人や家族が、不安や心配ごとについて話したり交流できる場（カフェ）です。個別に相談を希望される場合は、ピアサポーターや専門員によるちょっと相談もあります。お茶やコーヒー、お菓子をご用意しています。気軽にお立ち寄りください。

日時	場所
① 9月13日 (木) 13時～17時	<p>ふれあいセンター矢野口（矢野口1603矢野口自治会館内）</p> <ul style="list-style-type: none"> 京王線「京王よみうりランド駅」下車徒歩8分 JR南武線「矢野口駅」下車徒歩9分 鶴川街道 榎戸交差点の近く
② 9月25日 (火) 14時～20時	<p>福祉センター2階憩いの部屋（百村7）</p> <ul style="list-style-type: none"> 京王相模原線「稲城駅」下車徒歩7分 JR南武線「稲城長沼駅」下車徒歩12分 iバス「福祉センター前」下車徒歩1分 <p>※駐車場は駐車台数が限られていますので、公共交通機関をご利用ください。</p>
③ 10月13日 (土) 9時～17時	<p>ふれあいセンター大丸（大丸1171オーエンス健康プラザ内）</p> <ul style="list-style-type: none"> JR南武線「南多摩駅」下車徒歩5分 京王線稲城駅よりバス約7分 【小田急バス】稲城市立病院行 稲城市立病院下車 【京王バス】聖蹟桜ヶ丘行 稲城市立病院下車 <p>※バスの本数にご注意ください</p>

主催・問い合わせ：稲城市社会福祉協議会 相談支援担当
TEL:042-378-3318 Email:soudan@inagishakyo.org
企画・協力：NPO法人 楽の会リーラ



★『ひきこもり・生きづらさカフェ』はこんなところ

普段は話しづらい悩みや、不安・心配ごとについて、お茶やコーヒーを飲みながらお話しをする場所です。

例えば、、、

- ・日頃から、何か生きづらさを感じているが誰もわかってくれない。
- ・子どもがひきこもっているけど、どうしたら良いのかわからない。
- ・いろいろ自分でやったけどダメだった。もうどうしようもないと諦めている。
- ・自分と同じような困難を抱えている人と話しがしたい。

などありましたら、一人で抱え込まずに一緒にお話ししましょう。

個別の相談をご希望される時は、ピアサポーターや専門員によるちょっと相談もごさいます。



※秘密厳守・出入り自由・参加無料・申込み不要ですので、安心してお立ち寄りください。

ピアサポーターの紹介



■大橋 史信 (おおはし ふみのぶ) 氏

不登校・ひきこもり家族会NPO法人楽の会リーラ 事務局スタッフ

東京都出身。昭和55年5月7日生まれ 38歳

ご自身のことを『いじめ、不登校、家族との確執、障害、ひきこもり』生きづらさ五冠王と語る。現在は、自身が軽度精神遅滞（軽度知的障害）付 大人の発達障害当事者として、今までの様々な社会体験を活かしながら、色々な困難、しんどさ、生きづらさを抱えた児童期から壮年期のご本人とその家族に対して、教育、就労、家族関係等をテーマに全国各地で講演・支援活動を行っています。

◎今後の予定

◆ひきこもり勉強会

- ・日時：9月28日（土）14時～17時
- ・会場：稲城市福祉センター 介護予防教室
- ・対象：民生・児童委員・関係機関職員・関心のある方 ※参加費無料

◆ひきこもりつながる・かんがえる交流会（通称：つな・かん）

- ・日時：1月26日（土）14時～17時
- ・会場：稲城市福祉センター 介護予防教室

◆ひきこもり大学家族学部（家族会立ちあげ講演会）

- ・日時：3月9日（土）13時30分～17時
- ・会場：稲城市地域振興プラザ 中・大会議室

★ひきこもりサロン『とまりぎ』の紹介

ひきこもり当事者同士が交流でき、自由に過ごすことができる居場所です。

- ◆日時：毎月第2火曜日／第4木曜日 14:00～16:00（途中の出入り自由）
- ◆会場：ふれあいセンター矢野口（矢野口自治会館内）稲城市矢野口1603



★そもそも、稲城市社会福祉協議会ってなに？

市民のみなさまと共に、福祉のまちづくりや地域の支え合い支援などに取り組んでいる社会福祉法人です。地域福祉コーディネーターの配置等によりコミュニティーソーシャルワーク（CSW）を推進していきます。

申し込み・問い合わせ：稲城市社会福祉協議会 相談支援

TEL: 042-378-3318 Email: soudan@inagishakyo.org

HPでは詳細や今後の予定を掲載しています

