

# 家族セミナー

社会的に孤立し孤独を感じている人や、様々な生きづらさを抱えている人が身近にいる方のために、情報提供とともに参加者同士の交流を図ることで不安感を和らげ、展望を見出していくヒントを得るためのセミナーをテーマごとに4回に分けて開催します。

## 第1回 ひきこもり状態を理解する 理解編

ひきこもり146万人。なぜこんなに増えているのでしょうか。個人や家庭だけに問題があるといった自己責任論では説明がつきません。社会構造的な要因を考えます。

[日時] 2025年11月22日(土) 13:00-15:00  
(交流会含む)

[会場] 田無第二庁舎4階会議室

## 第2回 家族をひらく 実践編①

ひきこもり状態の人にどのように接したらよいでしょうか。また、家族の不安な気持ちをどのようにケアしていくべきでしょうか。ご家族の悩みと一緒に考えます。

[日時] 2025年12月13日(土) 13:00-15:00  
(交流会含む)

[会場] 谷戸分庁舎

## 第3回 居場所につながる 実践編②

孤立状態から人や場につながるまでのプロセスをどのように支えていくか、そして居場所ではどんな取り組みがあるのか、事例を交えてご紹介します。

[日時] 2026年1月31日(土) 13:00-15:00  
(交流会含む)

[会場] 谷戸分庁舎

## 第4回 地域資源を知る 実践編③

人や社会との関係を回復していくプロセスに伴走しようとしてくれる人や場は少しずつ増えてきています。西東京市やその周辺の社会資源をご紹介します。

[日時] 2026年2月28日(土) 13:00-15:00  
(交流会含む)

[会場] 田無第二庁舎4階会議室

対象

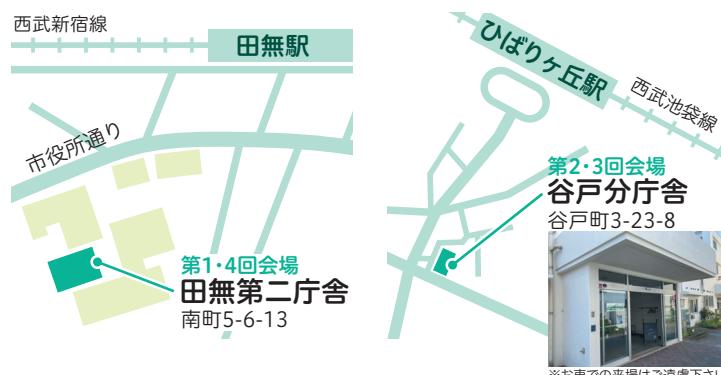
ご家族の孤立した状態に心配や悩みをもつ方  
(いずれか1回のみの参加も可能です。  
西東京市にお住まいでなくても参加可能です。)

[参加費] 無料 [定員] 各回20名

[内容] 講座と交流会(講座のみの参加も可)  
講師 高橋薫 | 文化学習協同ネットワーク

お申し込み

西東京市地域共生課 ひきこもり支援係  
☎ 042-420-2746



または

WEB申し込みフォーム  
右の二次元コードから  
<https://forms.gle/ofjf1SC3svnWgFkh6>

