

令和7年度 新宿区主催

ひきこもり家族会のお知らせ

～7月、9月テーマ別セッション・8月フリートークセッション～

新宿区では令和7年度より、ひきこもり・生きづらさでお悩みの当事者家族の方向けに、家族会を開催いたします。同じ悩みをもつご家族同士が情報交換をおこなうことにより、気持ちを楽にし、当事者の方への日々の関わり方へのヒントになればと思います。専門の講師をお招きしておこなう「テーマ別セッション」と、参加された方が自由に意見交換をおこなう「フリートークセッション」を令和7(2025)年5月から令和8(2026)年2月までの毎月第二土曜日に、隔月交互開催いたします。「テーマ別セッション」については当事者の方や支援者の方等も含め、どなたでもご参加いただけます。「フリートークセッション」についてはご家族のみの参加となります。当日の運営については、楽の会リーラがおこないます。詳しくは下記および裏面をご覧ください。

テーマ別セッション（講演会）

テーマ別セッション ともに
フリートークセッション 無料



テーマ

「ひきこもり支援と
地域づくり」

赤堀久里子 氏

7/12(土)

一般社団法人千葉県精神保健福祉士協会理事。特定非営利活動法人リンク理事。社会福祉士・精神保健福祉士。千葉県の法人で、ひきこもり支援をして7年。／8050問題と、2023年度に特定の地域で行われた「ひきこもり実態調査」の結果を踏まえ、地域特性を鑑みた、ひきこもり支援について話をさせていただきます。また、「人と人のつながり、人と地域とのつながり、支援者同士のつながり」を大切にしたい相談支援についても話したいと思います。



テーマ

「どんな世界観・家族観
を持っていますか？」

渡部律子 氏

9/13(土)

関西学院大学修士（社会福祉専攻）、ミシガン大学博士課程（ソーシャルワーク・心理学専攻。ストレス対処・ソーシャルサポート、などが研究領域）を終了。2011年日本女子大学人間社会学部社会福祉学科教授。2021年より同大学名誉教授。日米両国で教育と社会福祉実践を経験。ケアマネジャー、医療ソーシャルワーカー、などの現任研修、スーパービジョンなどを実施。／私たちはそれぞれ異なる価値観や生き方を持っています。それらは、困難に直面したときの対応にも影響を与えます。本講演では、普通、自立や依存、親のあり方、成功、といったことの定義などを見つめ直し、自分自身の「取り扱い説明書」を作る第一歩を目指します。演習やエピソード等を通じて、自分の世界観や家族観を理解し、日常生活に役立つ「自分探求」の機会を提供します。



時 間 午後1時30分～午後4時30分

場 所 新宿けやき園（新宿区百人町4-5-1）【裏面に地図があります】

定 員 30名程度（申込先着順）

対 象 ご家族、ご本人(当事者・経験者)、支援者、その他関心のある方ならどなたでも
(※新宿区在住を問いません)

申 込 裏面下部の、楽の会リーラ事務局まで「メール」または「電話」でお願いします。開催日前日の午後5時までにお申し込みください。 ※当日会場に直接お越しいただいてもご参加いただけます。

フリートークセッション（懇談会）

テーマ別セッション、フリートーク
セッション、ともに無料です

8/9 (土)

同じ悩みをもつ本人、家族同士がつながり、情報交換をし、気持ちを楽にしてい
ために「フリートークセッション」を開催します。カウンセラーである阿部達明が
ファシリテーターを、楽の会ピアサポーター(経験者や家族)がスタッフを務めます。
ファシリテーターやピアサポーターとの交流の中で、気持ちを打ち明け、「きっか
け」をつくりませんか。【以降の予定日】10月11日、12月13日、令和8年2月14日

時 間 午後1時30分～午後4時30分

場 所 新宿けやき園（新宿区百人町4-5-1）

定 員 15名程度（申込先着順）

対 象 ひきこもりや生きづらさを感じている方のご家族（親、兄弟姉妹、親戚など）
ひきこもりや生きづらさを感じている方
（※新宿区在住を問いません。「ご家族」の参加希望者を優先する場合があります。）

申 込 下記、楽の会リーラ事務局まで「メール」または「電話」でお願いします。開催日前日の午後
5時までにお申し込みください。 ※当日会場に直接お越しいただいてもご参加いただけます。



【楽の会リーラとは】 楽の会リーラは、ひきこもりの親の会をベースに設立された、ひきこもりなどで生きづらさ
を抱える本人と家族を支援する当事者団体です。豊島区巣鴨に事務所があり、約20年間ひきこもり電話相談を行って
きました。多様な生き方を尊重し、本人が「自分らしく」生きられる社会の実現を目指しています。団体名には「親子とも
に、楽に、楽しく生きてほしい」という思いが込められています。

【場所】



社会福祉法人邦友会 新宿けやき園

住所：東京都新宿区百人町4-5-1

J R 山手線・東京メトロ東西線・西武新宿線の高田馬
場駅下車 J Rの「戸山口」から徒歩8～10分



新宿けやき園



特定非営利活動法人 楽の会リーラ(らくのかいリーラ)

〒170-0002 豊島区巣鴨3-16-12 巣鴨GMビル 202号室

【楽の会リーラ事務局】（事務局の電話受付は毎週水曜日、金曜日の午後1時～午後5時）

電話番号 → 03-5944-5730

Email → info@rakukai.com

楽の会リーラwebサイト → <https://rakukai.com/>

※2次元コードからもwebサイトに行けます。



新宿区委託事業（当事業は新宿区の委託を受けて楽の会リーラが行っております。）