

ひきこもりの 向こう側へ

～解決ではなく共に在ること～

ひきこもり——それは決して「特別な誰か」の話ではありません。
社会や家庭の中で生きづらさを感じ、心を閉ざしてしまう背景には、
性別や年齢を超えたさまざまな事情があります。
今回のセミナーでは、ご自身も長年ひきこもりを経験され、
現在は当事者活動を行っている 林 恭子 さんをお招きし、
「女性として」「一人の人間として」向き合ってきた日々の体験と、
再び社会とつながるまでの歩みを語っていただきます。
当事者の方はもちろん、ご家族や支援者、関心のあるすべての方へ。
今、誰かの「わかってほしい」に、
そっと寄り添う時間を一緒に過ごしてみませんか。

2026
2.21 Sat.
14:00～16:00
(13:30 開場)



講師

林 恭子さん（一般社団法人ひきこもり UX 会議 代表理事）

高校2年で不登校、その後30代半ばまで断続的にひきこもる。信頼できる精神科医や同じような経験をした仲間達と出会い、少しずつ自分を取り戻す。2012年から「自分たちのことは自分たちで伝えよう」と「当事者発信」を開始し、イベント開催や講演、研修会の講師などの当事者活動をしている。東京都ひきこもりに係る支援協議会委員／東久留米市男女平等推進市民会議議員／厚生労働省「ひきこもり支援にかかわる支援ハンドブックの策定に向けた調査研究事業」「ひきこもり地域支援センター職員等への人材養成研修事業」委員／内閣府「就職氷河期世代支援の推進に向けた全国プラットフォーム」議員等。著書に『ひきこもりの真実—就労より自立より大切なこと』（ちくま新書）、『「ひきこもり」の30年を振り返る』（岩波ブックレット）他。

会場

多摩平交流センター3階 集会室6

（日野市多摩平 2-9 多摩平の森ふれあい館内）

JR 豊田駅北口 徒歩10分／『イオンモール多摩平の森』バス停 徒歩5分

定員

60名
(先着制)

参加費

無料

お申し込み

※当日参加も可能ですが、
定員に達した場合は
入場をお断りすることがあります。

日野市役所 \窓口へ/
セーフティネットコールセンター



\スマホから/



申込フォーム



\電話で/

042-514-8542



\メールで/

s-net@city.hino.lg.jp

件名：2/21 参加申込

- 参加される方のお名前（ニックネーム可）
- ご連絡先電話番号
- お立場（当事者・経験者ご本人、親・きょうだい・親族、支援者・関係者、その他一般、等）

主催：日野市／社会福祉法人創隣会

【お問い合わせ】日野市健康福祉部セーフティネットコールセンター セーフティネット係 ☎042-514-8542