


# ひきこもり家族教室



つくば保健所管内（常総市、つくば市、つくばみらい市）にお住いで、ひきこもりの方がいらっしゃる家族の集まりです。

お互いの家族の状況や悩んでいること、聞いてほしいこと等この時間は自由に話しをしたり聴いたりすることができる時間と場所です。

## ★開催日時

実施年月日	時間・内容
令和6年4月12日	<p>○毎月第2金曜日 ※都合により変更することあり。</p> <p>○時間 午後2時45分～4時15分 ※変更する場合あり。</p> <p>○内容 テーマは決めていません。 心理士と保健師が一緒に入ります。 ひきこもりの家族が抱える心配な事や毎日の思いを言葉にしてみませんか。</p> 
令和6年5月17日	
令和6年6月14日	
令和6年7月12日	
令和6年8月9日	
令和6年9月13日	
令和6年10月11日	
令和6年11月8日	
令和6年12月13日	
令和7年1月10日	
令和7年2月14日	
令和7年3月14日	

## ★場所

茨城県つくば保健所  
〒305-0035  
茨城県つくば市松代4丁目27

★参加費 無料

## ★申込み・問い合わせ先

参加ご希望の方はつくば保健所までご連絡ください。

電話（課直通）029-860-6002

※家族教室同日の午後1時30分～2時30分は、ひきこもり専門相談日です。  
初めての参加希望の方には心理士との事前面接により詳しくお話をお聞かせください。

