

東京都北区

令和7(2025)年度 上半期

ひきこもり・生きづらさ

講演会・相談会

「親の悩みを聞いてほしい、親亡き後の生活が心配」
「地域の支援機関へ相談したいが、知り合いがいるかも…」
「つらそうなのに支援機関や医療機関を本人が拒んでいる」
「若いのに無職で地域の目が恥ずかしい」などのお悩みや、
「そもそも ひきこもり ってなんだろうか」
「地域ぐるみでできる家族支援はあるのだろうか」
などの想いはありませんか。

ひきこもり 地域の集い

時 間

12時15分(開場)

12時45分(開始)～16時15分(終了)

場 所

北区 赤羽会館 4階 大ホール (JR赤羽駅東口より徒歩5分)

対 象

ひきこもり当事者や経験者、およびその家族、支援者、
「ひきこもり」に関心のある一般の方など
(※空き状況により北区民の方を優先することがあります。)

参加費

無料

定 員

200名(申込先着順)

申込詳細

裏面をご確認ください

開催日

5/31(土)



林 恭子 氏

第1部 講演会 13時～14時50分

テーマ：ひきこもり家族にできること～ひきこもり経験者の立場から～

講 師：林 恭子 氏

一般社団法人 ひきこもりUX会議 代表理事

第2部 相談会 15時15分～16時15分

事前申込者のみ(3名(組))

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

楽の会リーラウェブサイト → <https://rakukai.com/>

※2次元コードからもサイトに行けます→

協力：不登校・ひきこもりの自主家族懇談会「赤羽会」

北区委託事業 (当事業は北区の委託を受けて楽の会リーラが行っております。)



第1部 講演会

多くの場合、ひきこもり状態の当事者の方とご家族との信頼関係は揺らいでしまっています。当事者の方が元気になっていくためには、その信頼関係を再構築する必要があります。北区ではその支援を地域全体で行うために「ひきこもり地域の集い」を開催いたします。

第2部 相談会（定員3名(組)）

相談者1人(1組)に対して、専門職相談員1名とピアサポーター1名の2名で相談を受けます。



☆ 申込方法 ☆ （講演会、相談会ともに申込先着順）

お申し込みは「北区申込フォーム」からお願いします。

申込フォームから申し込むことができない方・苦手な方は、電話で「北区生活福祉課生活支援係」か「楽の会リーラ」にお申し込みください。

申込期間 → 令和7年4月4日(金)～5月23日(金)17時

(※申し込み状況により期間終了前に申し込みを打ち切ることがあります。)

【スマホなどを使って「北区申込フォーム」から申し込む】

QRコード →



【パソコンなどを使って申し込む】

<https://www.city.kita.lg.jp/socialcare-health/welfare/1008965/1008966.html>

北区役所公式ホームページのひきこもり相談・居場所事業のアドレスです。

ページの中程に「北区申込フォーム」へのリンクがあります。

【電話で申し込む】

北区生活福祉課生活支援係

03-3908-9046

楽の会リーラ事務局（電話受付は毎週水曜日・金曜日の13時～17時のみ）

03-5944-5730

東京都北区ひきこもり



相談会に申し込まれた方のうち、**相談会の3名(組)に決定した方**には、お申し込み後あらためて相談内容の概要を確認させていただきます。その連絡は楽の会リーラより、**電話**または**メール**でいたします。相談会の当選につきましては、当会からの概要を確認する連絡をもって代えさせていただきます。