

令和8年度 東京都立多摩総合精神保健福祉センター

思春期・青年期相談

第2回公開講座のお知らせ

テーマ：ひきこもりを生きる～寄り添うための羅針盤～

ひきこもりは、一人ひとり歩みが違い、家族や支援者も迷いを抱えやすいテーマです。「このままでいいのかな・・・」「何をしたらよいかわからない」「声をかけたいけれど、どうしたらいいのだろう」家族だからこそ、心配も言葉にできない疲れも積み重なります。焦りに飲み込まれず、関係を大切にしながらできる工夫、関わりを整理し、寄り添いの軸（羅針盤）を一緒に考えてみませんか。

今回の講師には、『ひきこもり支援ハンドブック』検討委員会の委員長をつとめられた、長谷川俊雄先生をお迎えしました。

『ひきこもり支援ハンドブック』の策定に携わられた立場から、検討の背景や込めた思いも交えながらお話しいただきます。

日 時 令和8年7月27日（月曜日）

午後2時から午後4時まで

場 所 東京都立多摩総合精神保健福祉センター 研修室

講 師 長谷川 俊雄 氏 （NPO 法人つながる会 代表理事）



※ご希望の方は、事前に電話、またはメールでお申込みください。

公開講座は、多摩地域にお住まいで、思春期・青年期の問題でお悩みの方やテーマに関心のある方、多摩地域の関係機関の方であれば、どなたでもご参加いただけます。

【お問合せ・お申込み先】

▶お電話の場合…☎042-376-6580

受付時間：月～金（祝日を除く）午前9時～午後5時

▶メールの場合…公開講座専用メールアドレス：

tamasou_kouza@section.metro.tokyo.jp まで

下記必要事項を入力して、お送りください。

*なお、申込み完了のメールは送信しておりません、

メールでの問合せには対応しておりませんので、ご了承ください。

【件名】第2回 思春期・青年期相談 公開講座

【本文】①ひきこもりを生きる～寄り添うための羅針盤～（テーマ）

②参加される方の氏名・連絡先（電話番号）

※定員に達した場合は、御連絡いたします。

③お住いの市町村（一般の都民の方）

または、ご所属・職種（関係機関の方）

④当センターに相談したことがある・ない

〈担当〉東京都立多摩総合精神保健福祉センター 広報援助課 相談担当

交通のご案内

