

# ひきこもり家族教室

「ひきこもり」はご本人につらい思いをさせるだけではなく、その人を大切に思っている家族や周りの方たちも巻き込みます。そして、お互いに良かれと思ってやっていることが、余計に事態をこじらせてしまうこともあるのです。

認知行動療法に基づいたCRAFT(クラフト)という手法を用いて、普段のやりとりを振り返り、物事の捉え方や対応方法について実践を通して学びます。ご参加をお待ちしております。

【日時】 原則、第2水曜日 (※は、第3水曜日)  
14時～16時 (受付 13時45分～)

【場所】 あいれふ7階 第2研修室  
福岡市中央区舞鶴2丁目5-1

【定員】 15名程度

【対象】 原則、福岡市内在住の概ね20歳以上の社会的ひきこもりの方のご家族

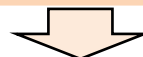
【内容】 事前面談で、教室についての説明や申込手続きなどを行いますので「専門電話相談」へご連絡ください。  
1クール5回です。全回参加できる方が優先となります。

## 【教室参加の流れ】

「専門電話相談」  
092-737-8829  
に電話



事前面談  
教室の内容や申込み  
などの説明をします



教室参加

回	日程	内容
1	5月18日※	「ひきこもりについて」
2	6月8日	「ポジティブなコミュニケーションを身に着けよう」
3	7月13日	「行動の分析・望ましい行動を増やす」
4	8月10日	「先回りをやめ、望ましくない行動を減らす」
5	9月14日	「家族の生活を豊かにする・まとめ」

## 【申し込みやお問合せ】

専門電話相談

**092-737-8829**

毎週火・木曜日 10時～13時(祝日・年末年始を除く)

福岡市精神保健福祉センター

福岡市中央区舞鶴2丁目5-1 あいれふ3階

# ひきこもり問題を抱える家族のための 相談窓口や集いなど

## 【相談窓口】

### ○福岡市精神保健福祉センターの専門相談

家族や本人からの、ひきこもりに関する相談や対応の方法や  
悩みなどについて、専門のスタッフが相談に応じています。

ひきこもり専門電話:092-737-8829 (毎週火曜日・木曜日、10時～13時)

### ○福岡市ひきこもり成年地域支援センター「よかよかルーム」

ひきこもりに関する相談窓口です。

相談専用ダイヤル:092-716-3344 (毎週月曜日～金曜日、10時～17時)

<http://yokayoka-room.net/>

## 【集いなど】

### ○福岡「楠の会」

ひきこもりの問題を抱える家族の集いなどを行っています。

<http://fukuokakusunokai.org/index.html>

※ひきこもりの状態とは

「様々な要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6ヵ月以上にわたっておおむね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしてもよい)を指す現象概念」です。

(引用元「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」)

【お問合せ】

専門電話相談

**092-737-8829**

毎週火・木曜日 10時～13時(祝日・年末年始を除く)

福岡市精神保健福祉センター

福岡市中央区舞鶴2丁目5-1 あいれふ3階