

# フリースペース

## ひきこもりがちな方や その家族の集いの場

久慈保健所ではひきこもりがちな方やその家族の方を対象とした集まりを開催しています。

「ひきこもり」は、様々な要因によって、自宅にひきこもりがちで社会参加することが少なくなっている状態のことです。

- 仕事や学校、友人の付き合いなど社会的な場面への参加をしないまま、数ヶ月以上にわたって、自宅で生活している
- ほとんど外出することがない
- 子どもが学校に行きたがらないため心配
- 家族との接触もさけて、自分の部屋に閉じこもっている
- 精神的な病気にかかっているのではないかと心配



### ○ひきこもりに悩む方の集まり

ひきこもり状態にある本人が気兼ねなく、自由に過ごせる居場所づくりを行っています。

### ○家族会

「ひきこもり」は、あなたのご家族だけに起きている問題ではありません。ご家族同士での情報交換や思いを話し合うことで、ご家族の心の健康回復とひきこもり者への適切な接し方を見つけていきましょう。どうぞお気軽にご参加ください。

**開催日** 隔月の原則第3月曜日 14:00~15:30

月	5	7	9	11	1	3
日	18	13※	28※	16	18	15

7月は第2月曜日  
9月は第4月曜日の開催

**開催場所** 久慈地区合同庁舎 1階 健康増進室 (久慈市八日町1-1)

◇ 初めてご参加される方、個別での相談を希望される方は、  
下記問い合わせ先までご連絡ください。

#### 【問合せ先】

久慈保健所保健課：TEL0194-66-9680 久慈市生活福祉部保健推進課：TEL0194-61-3316  
野田村保健センター：TEL0194-75-4321 普代村保健センター：TEL0194-35-2211  
洋野町種市地域包括支援センター：TEL0194-69-1966