

2026年度(令和8年度)

ひきこもり 家族教室

ひとりで悩まず
一緒に考えませんか?



ひきこもりで悩まれているご家族を対象とした家族教室を開催します。
ひきこもりに関する正しい知識や対応の工夫を学びながら、ご家族自身の
不安な気持ちを和らげ、本人の理解を深める場です。

日時

2026年
(令和8年) **12月2日(水)**

【第1回】 テーマ:「ひきこもる気持ちへの理解」

2027年
(令和9年) **3月3日(水)**

【第2回】 テーマ:「家族として寄り添うために
～本人との関わり方～」

両日とも13:30～15:30 (受付13:00～)

会場

福山すこやかセンター ※裏面に
3階 マンパワー研修室 地図あり

対象

ひきこもり状態にある方(16歳以上)の
ご家族

定員

25名 予約制

参加料

無料 要申込

講師

公認心理師・臨床心理士

こばたけ けいこ
小畠 啓子 さん



この教室に参加すると



正しい知識が身につく

ひきこもりの状態や対応
の基本を学び、見通しを
持てます。



家族の気持ちが軽くなる

同じ悩みを持つ家族と話す
ことで気持ちが整理され、
孤独感が和らぎます。



本人への関わり方が わかる

本人の気持ちを理解し、
よりよい関わり方を学べます。



今後のサポートに つながる

関係機関の情報を知り、
必要に応じて保健師の支援に
つながることができます。



*家族同士の交流

を予定しています

* 申込期間

2026年(令和8年)
11月 2日(月)～11月24日(火)

申込方法

電話にてお申込みください。

裏面も
ご覧ください

福山市 健康推進課 (福山市三吉町南二丁目11番22号)

電話:084-928-3421

受付時間:8:30～17:15(12/29～1/3・土日祝を除く)

FAX:084-928-1143 メールアドレス:kenkou-suishin@city.fukuyama.hiroshima.jp



ひきこもりとは

社会との交流を回避し、孤独を感じている状態や様々な生きづらさ、生活上の困難を抱え、家族を含む他者との交流が限定的(希薄)な状態をいいます。これらの状態にある期間は問いません。



福山市ひきこもり相談窓口 「ふきのとう」

ひきこもりに関する相談を、電話や来所でお受けしています。家族の集いの場として家族交流会も開催しています。

詳しくは
ホームページを
ご覧ください



「ふきのとう」
ホームページ

ひきこもり支援講演会のお知らせ

開催日

2027年
(令和9年) **1月28日(木)**

詳しくは広報ふくやま**12月号**へ掲載します。
もしくは健康推進課までお問合せください☎

会場案内



福山すこやかセンター

〒720-8512

福山市三吉町南二丁目11番22号



【駐車場について】

2026年度(令和8年度)より変更箇所がありますのでご注意ください。



JR福山駅から福山すこやかセンターへのアクセス

●中国バス、井笠バスの場合

福山駅南口8番乗り場から「(国道2号線経由)大谷台団地、幕山団地行き」など。

「新橋」バス停で下車し、北へ徒歩約3分。

●まわローズ(中心部循環路線バス)の場合

「福山駅北口」バス停から「すこやかセンター前」で下車。

駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用いただきますよう、ご協力お願いします。

