

令和8年 楽の会リーラ 「ひきこもりの家族のグループ相談会」

・心を楽にして新たな変化をお子さんのこと、ご家族のこと、これからのことなど、どうすればよいのか悩みを抱え込んではいませんか？

話をすることで気持ちを楽にさせていただき、長年ひきこもり問題と向き合ってきた専門家のカウンセラーと共により良い将来に向けて一緒に考えます。同じ悩みを持ったみなさんと意見交換の場としてご活用していただくことも可能です。

- ・事前申し込み厳守願います（申し込み先着順8名様まで）
- ・マスク着用、手指消毒ご協力をお願いします。

カウンセラー	開催日(土、日、月)	場所：楽の会リーラ事務所、他	参加費
三橋由江	毎月開催：1月10日(土) 13時～16時		家族会員 ：3,000円 非会員 ：参加不可 【お知らせ】 状況によって は変更する場 合があります。 ホームページ でもご確認願 います。
増淵由子	毎月開催「そよ風」：1月17日(土) 13時30分～16時		
阿部達明	毎月開催：1月11日(日) 【1部】11時～13時、【2部】13時30分～16時 お金と住まいの相談も可能です（ひとり暮らし・相続など）		
上田理香	毎月開催：1月26日(月) 13時30分～16時30分		
廣井いとゑ	毎月開催：1月31日(土) 【1部】11時～13時、【2部】13時30分～16時		
高橋 晋	毎月開催：1月25日(日) 13時～16時 場所：IKEビズ4階 区民活動センター会議室		
(新規) 平野 学	毎月開催：1月12日(月) 13時30分～16時		

「楽の会リーラ事務所」〒170-0002豊島区巣鴨3-16-12 巣鴨GMビル202号室

アクセス：JR 巣鴨駅、都営地下鉄三田線 巣鴨駅 下車  ～8分

ホームページ：<http://rakukai.com/>

【内容】 グループ相談（8家族まで）

【申し込み】 NPO法人楽の会リーラ

電話：03-5944-5730 FAX：03-6903-5770



裏面にて担当カウンセラー紹介⇐

★★★担当カウンセラー★★★



■高橋 晋 家族相談士、カウンセラー

楽の会の立ち上げからかわり、現在主に全国ひきこもりKHJ親の会の各支部で親の学習会講師、親、本人のカウンセリングを行っている。



■増淵 由子 全国心理業連合会上級心理カウンセラー、産業カウンセラー、TMA認知心理カウンセラー、民間企業・警察・自衛隊の派遣カウンセラー・小学校のスクールカウンセラー

・うつ病家族の自助グループの講師等を経て現在、楽の会リーラの電話相談及び親御さん、兄弟・姉妹の面接
・楽の会リーラの家族会講師等。



■上田 理香 公認心理師、家族相談士（日本家族カウンセリング協会認定）。

20代のころ、母娘での断続的な社会的ひきこもりを経験し、2012年より楽の会にて家族や本人のカウンセリングにたずさわる。
不安や焦りを抱えやすいご家族の落ち着きと、状態への理解が、本人の生きるエネルギーの回復につながることを大切に、家族向けの学習会や、研修会、ピアサポーター研修などを実施。
ご本人が一步踏み出していくための環境づくりをご一緒に考えてまいります。



■三橋 由江 産業カウンセラー、SNSカウンセラー

私立中学・高校スクールカウンセラー、自衛隊部外カウンセラー
全国ひきこもり家族会連合会各支部講師を経て楽の会リーラで親・本人・兄弟姉妹のカウンセリング及び講師、家族会講師を行なっている。
2人の息子と自身も引きこもりを体験したことを活かし相談者に寄り添ったカウンセリングに力を入れている。
全心連上級プロフェッショナルカウンセラー、こころの安全基地サポート協会代表



■廣井 いとゑ 発達障害等対象とした、家族相談会担当

「心理カウンセラー」楽の会電話相談部門設立当初から担当し、現在も担当。自閉症スペクトラム支援士の学びをし、発達障害当事者、ご家族、自主グループとの関りを持ち現在に至る。



■阿部 達明 1級ファイナンシャル・プランニング技能士、キャリアコンサルタント、宅建。日本FP学会会員。日本アドラー心理学会会員。
ちば北総サポステ（総括）、東京都家計相談員、東京都就労訓練アドバイザーを経て、現在、ライフプランニング・リレーションズ（物心両面サポート）代表、居場所&相談室オープンハート♡責任者、フリーランス並家族会顧問。ひきこもりや生きづらさを感じている方やその家族と共に歩いていきたいと思っています。



■平野 学 公認心理師・臨床心理士

病院の精神科、大学の学生相談室等を経て、豊島区の大塚で開業心理相談（平野カウンセリングオフィス代表）を行なうとともに、中学高校のスクールカウンセラーにも携わっています。子どもから青少年、そして成人から中高年に至るまで、様々な場での臨床経験を土台に、支援が出来ればと思っています。現在（一社）日本臨床心理士会理事（ひきこもり専門委員長）、他