

令和7年度 下半期
ひきこもり・生きづらさ
講演会・相談会

東京都北区

参・加・費
無料

ひきこもり地域の集い

日 時

令和8年 2月7日 (土)

13時15分 (開場) 13時30分 (開始) ~ 16時45分 (終了)

場 所

北とぴあ 7階 701会議室

(JR王子駅より徒歩2分、東京メトロ南北線王子駅5番出口直結)

対 象

ひきこもり当事者や経験者、およびその家族、支援者、

「ひきこもり」に関心のある一般の方など

(北区在住でない方もご参加いただけますが、

空き状況により区民の方を優先することがあります。)

参 加 費

無料 (相談会も無料)

定 員

40名 (申込先着順)

(当日空席があれば、

お申し込みがなくてもご参加いただけます。)

申 込

裏面をご確認ください。



第1部 講演会 13:30 ~ 15:30



テーマ：「ひきこもり家族のライフプラン」

～親亡き後を生きるために～

講 師： 畠中 雅子 氏

ファイナンシャルプランナー

畠中雅子 氏

1963年東京都生まれ。北区在住。マネーライターを経てFPに。ひきこもりの家族支援に詳しく、経済的な視点から生活再建や将来設計をアドバイス。講演や執筆を通して、生きづらさを抱える人々とその家族に寄り添う活動を続けている。

第2部 相談会 15:45 ~ 16:30

事前申込者のみ (3名(組))

特定非営利活動法人 楽の会リーラ(らくのかいリーラ)



〒170-0002 豊島区巣鴨3-16-12 巣鴨GMビル202号室

【楽の会リーラ事務局】(事務局の電話受付は毎週水曜日、金曜日の午後1時~午後5時)

電話番号 → 03-5944-5730 Email → info@rakukai.com

楽の会リーラwebサイト → <https://rakukai.com/>

※2次元コードからもサイトに行けます →

協力：不登校・ひきこもりの自主家族懇談会「赤羽会」

北区委託事業 (当事業は北区の委託を受けて楽の会リーラが行っています。)



第1部 講演会

北区では、地域の方々のひきこもりについての理解を深めるため、また、その支援を地域全体で行っていくために、令和7(2025)年5月「ひきこもり地域の集い」を初めて開催いたしました。この度、第2回を令和8(2026)年2月7日に開催いたします。この集いは、ひきこもりや生きづらさを感じている方、そのご家族、支援に関心のある方が、安心して参加できる学びの場です。

第2部 相談会

定員3名(組)を予定しております。相談者1人(1組)に対して、専門職相談員1名とピアソーター1名の2名で相談を受けます。



申込方法

(講演会、相談会とともに申込先着順)

お申し込みは「北区申込フォーム」からお願いします。申込フォームから申し込むことができない方・苦手な方は、電話で「北区生活福祉課生活支援係」か「楽の会リーラ」にお申し込みください。

【申込締切】 令和8年2月5日(木) 17時

(申し込み状況により期間終了前に申し込みを打ち切ることがあります。)

①スマホを使って「北区申込フォーム」から申し込む

QRコード →



②パソコンを使って「北区申込フォーム」から申し込む

<https://www.city.kita.lg.jp/socialcare-health/welfare/1008965/1008966.html>

北区役所公式ホームページの「ひきこもり」に関する相談・居場所事業のアドレスです。ページの中ほどに「北区申込フォーム」へのリンクがあります。

③電話で申し込む

北区生活福祉課生活支援係

03-3908-9046

楽の会リーラ事務局 (電話受付は毎週水曜日・金曜日の13時~17時のみ)

03-5944-5730

相談会に申し込まれた方のうち、**相談会の3名(組)に決定した方**には、お申し込み後あらためて相談内容の概要を確認させていただきます。その連絡は楽の会リーラより、**電話**または**メール**でいたします。相談会の当選につきましては、当会からの概要を確認する連絡をもって代えさせていただきます。