第３０回　フリーランス杉並家族会
ひきこもり地域家族会

生きづらさの味方になる サバイバルマネープラン
～第２弾～

社会的に孤立し、生きづらさを感じてひきこもり状態にいる子どもの味方になるマネープランや子どものために親がするべき資産・家・年金・保険・生活等の今と将来のお金にまつわるお話を、そして、「８０５０問題」や「親亡き後」も生き延びるためのサバイバルライフプランを、長年ひきこもり家族の相談を受けているお金のプロ畠中雅子氏にお話していただきます。

令和８年　３月２２日（日）１３：３０～１６：３０
（開場：１３：１０～）

会場　阿佐谷地域区民センター　第１・２・３集会室
（アクセスは裏面に）

定員　８０名（予約制）
（対象者：当事者・ご家族・支援者等）

参加費　１０００円
（当事者無料・経験者５００円・会員８００円）

講師：畠中　雅子氏

大学時代にフリーライター活動をはじめ、マネーライターを経て、１９９２年にファイナンシャルプランナーになる。メディアに多数の連載を持つ他、セミナー、講演、相談業務を行っている。主にひきこもりの子どもがいるご家族に向けて親亡き後の生活設計を考える「サバイバルプラン」を提案し、ひきこもり家族から１０００件以上の相談を受けているこの分野の第一人者。「働けない子どものお金を考える会」主宰著書に「息子、娘が中高年ひきこもりでもどうにかなるって本当ですか？」（時事通信社）他、７０冊を超える。今回で２回目のご登壇となる。

【予約・お問い合わせ先】 ※お申込みは　２月１５日～
メール：freelance-suginami@ymail.ne.jp
電　話：０９０－４７４９－２４９７（９時～１７時　担当：飯田）

主催：フリーランス杉並家族会
後援：杉並区・杉並区社会福祉協議会

申込メール　HP・FB

この事業は杉並区社会福祉協議会からの助成金が使われています

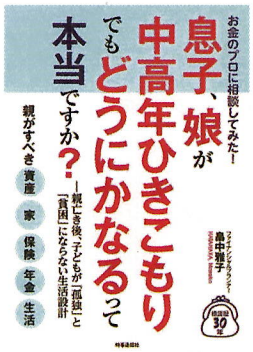
杉並区社会福祉協議会
地域福祉活動費助成金事業
「募金（おもい）」が「地域（まち）」をよくするしくみ

東京都
社会参加等応援事業
連携団体

協力：NPO法人楽の会リーラ／ひきこもりの地域家族会連絡協議会所属／杉並社協ボランティア・センター団体・すぎなみ協働プラザ団体登録済

【畠中雅子氏著作本】

「お金のプロに相談してみた！息子、娘が中高年ひきこもりでもどうにかなるって本当ですか？」
（時事通信社）※講演会当日販売予定・数量限定



フリーランス杉並家族会とは

２０１８年に設立した、ひきこもる子どもを持つ家族が運営する家族会です。講演会、勉強会、懇談会で生きづらさを感じるひきこもりやその家族と共に学び、話し合い、共感し、交流することで生きるヒントを見つけ、少しでも気持ちが楽になり、元気になれる家族会を目指しています。

今後の家族会の日程

令和８年　　７月２６日（日）精神科訪問診療医・クリニック中野院長　芳賀高浩氏

過去にご登壇された講師

NPO法人日本家族カウンセリング協会名誉顧問：杉溪一言氏・ひきこもりジャーナリスト：池上正樹氏・産業カウンセラー：三橋由江氏・「アラジン」理事長：牧野史子氏・精神科医：向山晴子氏（コロナ禍で中止）精神保健福祉士：上田真人氏・コンセプトワークショップ代表：佐藤修氏・ファイナンシャルプランナー：阿部達明氏・プロマジシャン：からくりどーる氏・フリーライター：亀山早苗氏・税理士：菊地則夫氏・臨床心理士：平野学氏（コロナ禍で中止）・KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部事務局長：上田理香氏・臨床心理士：徳丸享氏・芝山希美氏・足立ひきこもり家族会代表：氏家好子氏・ファイナンシャルプランナー：畠中雅子氏・一般社団法人ひきこもりUX会議代表理事：林恭子氏・東京都立多摩総合精神保健福祉センター所長：井上悟氏・立教大学社会学部教授：石川良子氏・茗荷谷クラブメンタル部門相談室代表：井利由利氏・子ども相談室「モモの部屋」主宰：内田良子氏・早稲田メンタルクリニック院長：益田裕介氏（ご登壇順・所属、肩書は当時のもの）

会場へのアクセス

【阿佐谷地域区民センター会場までの交通アクセス】
JR総武線「阿佐ヶ谷駅」（東口）から徒歩５分。丸の内線「南阿佐ヶ谷駅」から徒歩１２分。
（杉並区阿佐谷北１－１－１・０３－５３５６－９５０１）
JR阿佐ヶ谷駅改札口正面の東口に出て、その前の横断歩道を渡り、目の前の高架下「ビーンズ」の中を通り徒歩５分ほどの左手にある白いビル。

会場アクセス