

# ひきこもり家族教室

茨城県つくば保健所管内の市（常総市、つくば市、つくばみらい市）にお住まいで、ひきこもりの方がいらっしゃる家族の集まりです。

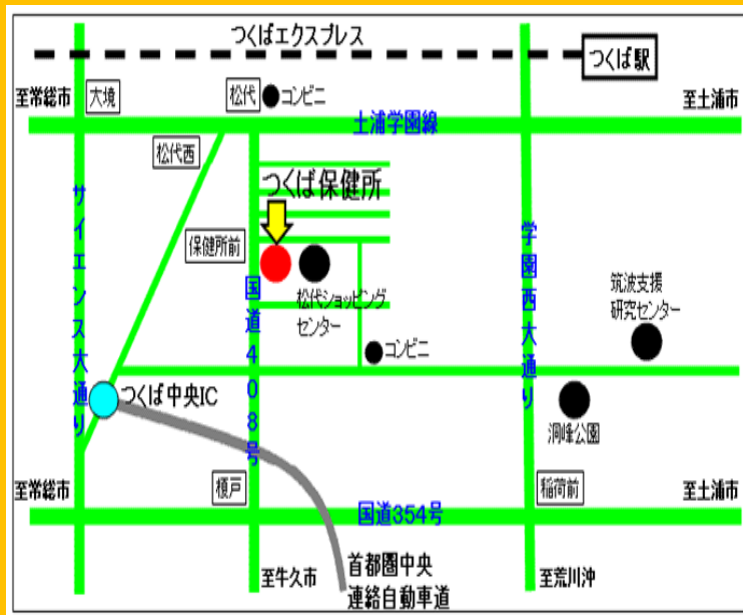
お互いの家族の状況や悩んでいること、聞いてほしいこと等この時間は自由に話したり、聴いたりすることができる時間と場所です。

## ★家族教室について

実施日	
令和8年4月10日	○毎月第2金曜日に開催しています。 ※都合により変更することがあります。
5月8日	
6月12日	○時間 14時45分～16時15分
7月10日	
8月14日	○場所 茨城県つくば保健所 〒305-0035 つくば市松代4-27
9月11日	
10月9日	○内容 テーマは決めていません。 心理士と保健師と一緒に入ります。 ひきこもりの家族が抱える心配な事や毎日の 思いを言葉にしてみませんか。
11月13日	
12月11日	○事前申込制です。
令和9年1月8日	
2月12日	
3月12日	



## ★アクセス



## ひきこもり専門相談を実施しています。（要予約）

心理士、保健師が相談をお受けしています。初めて家族教室に参加する方は事前にご相談をお願いいたします。専門相談のみの予約も可能です。

〈開催日時〉

家族教室と同日

13時30分～14時30分

## ★申込み・問い合わせ先

茨城県つくば保健所保健指導課

☎029-860-6002