

令和8年度 越谷市

「ひきこもり家族のつどい」のご案内

ひきこもっている子どもとどう接したらいいのか分からない……。
自分に何かあったときのことを考えると不安……。

悩みを持つご家族同士や、ご家族と支援者が、「つながる」ためのつどいです。
お話された内容は守秘されます。

毎回定員は10名、事前申込みが必要です。
ご参加をお待ちしています。



開催日時 奇数月の第3水曜日 いずれも 14:00~16:00

2026
5/20

7/15

9/16★

11/18

2027
1/20

3/17

内容 毎回心理プログラムとフリートークを1時間ずつ行います。

- 心理プログラム：CRAFT というプログラムを参考にした心理プログラムです。ご家族がご本人とどのように関わったらいいのか、講義を交えながら一緒に考えていきます（CRAFT は実施しません）。
- フリートーク：参加者同士で自由に話をしつつ、それぞれの不安や悩みを共有したり、情報共有をしたりします。

★FIT：ご自分の家族イメージを確認するワークです。9月のみ実施します。

開催場所 越谷市保健所 2階 会議室 A（東越谷 10-31）

お問い合わせ 参加希望の方は事前に電話でお申し込みください。

越谷市ひきこもり地域支援センター がやほっと
（越谷市保健所こころの健康支援室）

☎ 048-963-9214

✉ gayahot@city.koshigaya.lg.jp

ホームページは右記の二次元コードからアクセス



🐱裏面に簡単にできるメンタルヘルスチェックも掲載しております→