ひきこもりに関する講演会

10年間のひきこもりからの再出発

10代から約10年のひきこもり状態を経験した当事者が、当時から現在 に至るまでの変化の過程と、抱えていた想いをありのままに話します。

令和7年5月31日(土)10:00~12:00

台東区役所10階会議室(台東区東上野4-5-6)※定員50名

講師



長期ひきこもり経験者 山添 博之 氏

10代前半から約10年間の重度ひきこもり状態を経験。 就労と自立を経て、海外一人旅に挑戦。以後、16ヶ国を歴訪。 SNS、YouTube等で国内外に向け発信を行い、2024年からは海外の旅行者に自宅を滞在場所として提供する「カウチサーフィン・プロジェクト」を開始し、異文化交流を実践している。著書「十年ひきこもりから世界へ:漂流の果てに見つけたもの」を執筆後、現在も様々な作品を制作中。

<u>個別相談会(同日開催)</u>

日時 令和7年5月31日(土)13:00~17:00

場所 台東区役所10階会議室(台東区東上野4-5-6)

内容 臨床心理士と1対1で相談をします。1組55分。定員6組。



茶話会(同日開催)

日時 令和7年5月31日(土) 13:00~14:30

場所 台東区役所10階会議室(台東区東上野4-5-6)

内容 臨床心理士がコーディネートをし、参加者がご自身の経験などを語り、

ご家族同士で情報を共有します。定員10名程度。

《お申込・問合せ先》 台東区 区民部 子育て・若者支援課 電話番号 03-5246-|34|(平日 8時30分~|7時|5分)

※申込方法の詳細は、裏面をご覧ください。

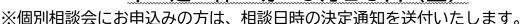
申込方法【5月3 | 日 講演会・個別相談会・茶話会】

■対象(全てのプログラム)

どなたでも(先着順。ただし、連携事業のため、台東区・千代田区・文京区 在住の方優先。)

- ■参加費無料
- **■お電話**または**台東区ホームページ**からお申込ください。

申 込 締 切:5月23日(金)



- ※1個別相談云にの中込のの方は、相談口时の沃足週知を送りいたしまり
- ※講演会・茶話会にお申込みの方は、当日直接会場にお越しください。 (中止の場合や定員を超えた場合のみ事前にご連絡いたします。)
- ※締切が過ぎても定員に空きがある場合は、ご参加いただける場合もありますので、 お電話(03-5246-1341)にてお問合せください。



区HP 二次元コート

~ひきこもりに関するご相談は常に実施しています~

臨床心理士がひきこもりについて助言、相談を行います。 ご家族の方でもご利用いただけますので、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

受付時間 月~土曜日 10:00~18:00

実施内容 電話相談および訪問・来所相談/居場所利用

- ※各相談・居場所事業は区が委託する公益社団法人青少年健康センター 茗荷谷クラブが行います。
- ※居場所利用とは、実施団体の施設にて(野外等での活動あり)、様々な活動や メンバー同士またはスタッフとの関わりを通じて、人間関係を学んだり、体験を 共有したりします。利用料等、詳細はお問合せください。
- 対 象 区内在住の中学卒業後から39歳までのひきこもり等の状態にある方とその家族
- 費用の電話相談・訪問・来所相談:無料(電話相談13回目以降有料、

訪問・来所相談は合算で16回目

以降有料)

居場所 : 利用開始月を含む3か月間無料。

以降は利用料の半額を補助。



区HP 二次元コード

または区のホームページから相談受付が出来ます。

- ※区ホームページは、二次元コードからご確認いただけます。
- ※専用ダイヤルは、公益社団法人青少年健康センター 茗荷谷クラブに繋がります。

回覧					