

ひきこもり当事者グループのご案内

人と話すのが苦手。
人との付き合いに自信がない。でも、友達がほしい。

自分のことをわかってほしい。
今のままでは将来が不安。

人の目が気になって不安。思うように外へ出られない。
家の中にいても、居心地がよくない。

こんなふうに感じているのは、あなた一人ではありません。
少し勇気を出して、あなたと同じような悩みや思いを感じている仲間と出会ってみませんか？

〔開催日時〕 毎月第3金曜日、午後1時30分～午後3時30分

※ 裏面日程表のとおり

〔場 所〕 石川県南加賀保健福祉センター1階団体交流室(または和室)

小松市園町又48 (国道8号線 白江交差点そば)

〔対 象〕 概ね18歳以上のひきこもり状態の方

定員は概ね10名

〔活動内容〕 話し合い、軽スポーツ、ゲーム、料理教室など。活動内容は参加者の話し合いにより決めます。

参加途中で辛くなったら、休憩したり早く帰ったりすることもできます。無理をしないで、ご自分の状態に合わせての参加が可能です。

〔参加費〕 無料です。

ただし、活動内容によって入場料や材料購入等が必要な場合は実費負担となります。

〔参加の決定〕 あなたのご希望や状況を考慮し、当保健福祉センター内でグループ参加の適否について検討した上で正式に参加となります。
見学もできます。

〔申し込み・問い合わせ先〕

石川県南加賀保健福祉センター 健康推進課 TEL (0761) 22-0796

令和5年度 ひきこもり当事者グループの開催日程表

2023年	5月19日（金）	13:30～15:30
	6月16日（金）	13:30～15:30
	7月21日（金）	13:30～15:30
	8月25日（金）※	13:30～15:30
	9月15日（金）	13:30～15:30
	10月20日（金）	13:30～15:30
	11月17日（金）	13:30～15:30
	12月15日（金）	13:30～15:30
2024年	1月19日（金）	13:30～15:30
	2月16日（金）	13:30～15:30
	3月15日（金）	13:30～15:30

※8月の開催日は、第4週目の開催とする。