



ほっといい場所 ひだまり

家族会

のご案内

ひきこもりをはじめ、こころの病気や不調を抱えたお子さんを支えるご家族を対象とした家族会を行っています。毎月1つのテーマを設定し、ひきこもりやこころの問題への知識を学びつつ、ご家族同士でお話をさせていただく時間となります。どの日程からでもご参加いただけます。

開催日	テーマ	内容
2024年 12月28日(木) ◎ 10:30～12:00	怒りのコントロール	怒りの感情とうまく付き合う方法について、一緒に考えてみましょう。
2025年 1月30日(木) ◎ 10:30～12:00	「行動」について考える	頭でわかっても行動に移せないことは多々あります。心理学の視点で「行動」を考えます。
2月27日(木) ◎ 10:30～12:00	経済的なことを考える	お金や生活の基盤など、将来にむけて今から始められることを考えます。
3月27日(木) ◎ 10:30～12:00	社会資源について知ろう	ご本人やご家族が知っておきたい社会資源についてお話しします。

お申込みは、メールかお電話でお気軽にご連絡ください

場所

NPO法人 CNSネットワーク協議会 「ほっといい場所ひだまり」(裏面地図参照)

参加費

各回 3,000 円

主催

NPO法人 CNSネットワーク協議会

問い合わせ

☎ 03-5413-6661 (平日9:30～17:00)

✉ query@cns-net.or.jp ※お名前とご連絡先をご記入ください。

