

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おります。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
2023年 4月27日(木) ① 10:30~12:00	他者を理解するための自己理解	エゴグラムを使った性格診断を通して、自己理解・他者理解を深める方法を考えます。
5月25日(木) ① 10:30~12:00	ひきこもりと疾患の関係とは？	データから見えるひきこもりの実態と、医療へつなげるタイミングやポイントをお伝えします。
6月22日(木) ① 10:30~12:00	医療へのつなぎ方	データから見えるひきこもりの実態と、医療へつなげるタイミングやポイントをお伝えします。
7月27日(木) ① 10:30~12:00	「依存」について	ゲーム依存を中心に、知らないうちに逃れられなくなる依存の危険性や脱却について考えます。

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9:30~18:30) **query@cns-net.or.jp** ※お名前とご連絡先をご記入ください。

オンラインでも カウンセリングを受けられます！

リラックスできる場所から、スマートフォンやパソコンを使って臨床心理士とお話できます。ご本人だけでなく、ご家族もご利用いただけます。接続方法など、ひだまりスタッフから丁寧にご案内いたしますので、ご不明な点などございましたら、お問い合わせください。

会 員・・・ 6,000円/50分
非会員・・・10,000円/50分

外出するには
まだ抵抗がある・・・

近くにカウンセリング
を受けられる場所が
ない・・・

お申込み方法



「ほっといい場所ひだまり」
ホームページから

お申込み・お問い合わせ
ひだまり家族会の申込み・問合せ
メールアドレス*
お名前*
ご住所*
その他ご連絡先(お電話など)・任意

<https://hidamari.cns-net.or.jp/HOME> ▶ 家族支援



ホームページの「ひだまり家族会申し込み」フォームよりご予約ください。送信いただくと、予約は完了です。



メール

query@cns-net.or.jp

「参加希望日」「お名前」「ご連絡先」をご記載の上、送信ください。



お電話

03-5413-6661

平日9:30～18:30の間にお電話をお待ちしております。

※メールでお申込みの方には、2営業日以内に返信します。2営業日を過ぎても返信がない場合は、恐れ入りますが、再度メールをお送りいただくか、お電話でお問い合わせください。

※個人情報とは本件に関するご案内以外には使用いたしません。

会場ご案内

■開催場所: NPO 法人 CNSネットワーク協議会内

「ほっといい場所 ひだまり」

〒151-0051

東京都渋谷区千駄ヶ谷4-26-11

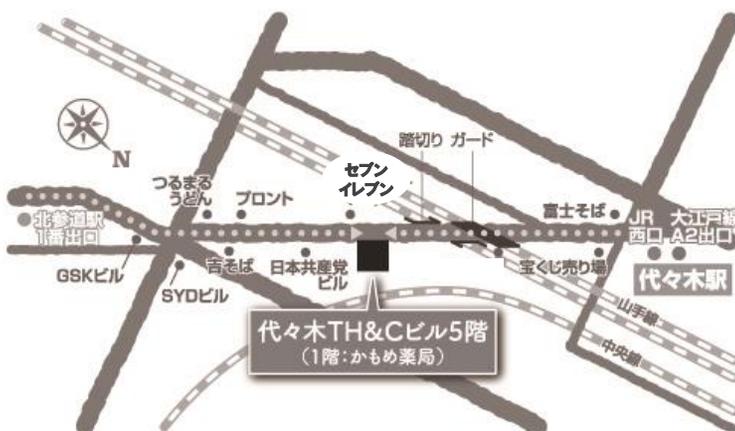
代々木TH&Cビル6階

■交通案内: JR 山手線「代々木」駅 徒歩3分

副都心線「北参道」駅 徒歩5分

■受付時間: 開催時間の15分前

■お持ち物: ボールペンなどの筆記用具



※CNSネットワーク協議会は当ビル5階ですが、家族会は6階のお部屋で行っています。