

## 紬の会スタッフからのメッセージ

「ご家族が外の世界とつながることが、  
お子さんへの支援となります」

家族は心配しているのに、子どもは一向に変わる様子がない。ご家族が一生懸命になるほど、先の見えない不安や報われない想いは大きくなるのではないのでしょうか。そのような「家族としての想い」は、誰にでも話したり、相談したりできることではありません。

紬の会では、皆さんのつらい思いや悩み、苦しみをお話いただき、気持ちの整理や心の負担を軽くできるよう専門スタッフがサポートします。

お子さんが一歩を踏み出せるよう、まずはご家族が外の世界とつながることから始めてみませんか。



### 内容詳細

お子さんとの関わり方や家族関係を振り返り、よりよい今後を考えていきます。専門スタッフから、ひきこもりや心の問題に関する知識や、家族としての適切な対応方法、親子間のコミュニケーションなどについてお話をします。各回のテーマに沿って話を進めていきますので、どの回からでもご参加いただけます。

- 開催日 2026年 4月20日(月) テーマ 家族が最初の支援者になるための5つのステップ  
内容 ひきこもりや精神疾患への理解を深めながら、日々の関わりを振り返ってみましょう。
- 開催日 2026年 5月18日(月) テーマ 聴く:相手の気持ちを聴いてから話す  
内容 「～してほしい」「受診してほしい」という気持ちを押し付けにならずに伝える工夫を考えます。
- 開催日 2026年 6月15日(月) テーマ 聴く:聞き手に回り、受け止める  
内容 一生懸命聞いていても「全然聞いてくれない!」と言われてしまうことはありませんか。どんな改善ができるのかを一緒に探ります。
- 開催日 2026年 7月27日(月) テーマ 聴く:相手の気持ちを推測し、言葉にして伝える  
内容 アドバイスが伝わらず、本人の考えが見えないように感じる時、どんな関わりができるか考えてみましょう。
- 開催日 2026年 8月17日(月) テーマ 声かけ:自分の気持ちを伝える  
内容 心配からの声かけが言い合いになってしまうとき、伝え方の工夫をお話します。
- 開催日 2026年 9月28日(月) テーマ 声かけ:自分の意見を控えながら声かけをする  
内容 責めるつもりはなくても、伝わり方がきつくなってしまふ場面について、声のかけ方を一緒に練習してみましょう。
- 開催日 2026年 10月19日(月) テーマ 声かけ:会話をいったん止め、その場を離れる  
内容 「話し合いのつもりがこじれてしまう」場面で、気持ちをうまく切り抜けながら向き合うための方法をお話します。
- 開催日 2026年 11月16日(月) テーマ 求める:安心につながる情報の伝え方  
内容 本人の自己決定を大切にしながら、支援の情報をどのように伝えればよいかを考えます。
- 開催日 2026年 12月21日(月) テーマ 求める:専門家に支援を求めるための状況把握  
内容 支援機関につなげる前に、どんなポイントを整理しておくよいか、お話します。
- 開催日 2027年 1月18日(月) テーマ 求める:専門家に支援を求めるための声かけ  
内容 本人を追い詰めずに支援につなげるために、声かけの工夫を考えます。
- 開催日 2027年 2月15日(月) テーマ リクエスト回  
内容 これまでのテーマの中から参加者の希望に応じて内容を振り返り、学びを深めます。
- 開催日 2027年 3月15日(月) テーマ リクエスト回  
内容 年度のまとめとして、必要なテーマを再度取り上げながら、より実践的に整理していきます。

※若年者就労支援室「あんだんて」では臨床心理士等によるカウンセリング(予約制)を行っています。詳しくは、お申込み時または「紬の会」終了後にご相談ください。

※本事業は(公財)新宿区勤労者・仕事支援センターから委託を受け、NPO法人CNSネットワーク協議会が実施しています。

●お申込み・お問合せ — ご不明な点や詳細はお気軽にお問合せください —

※相談料・利用料は無料です

公益財団法人 新宿区勤労者・仕事支援センター  
就労支援課 若年者等就労支援事業  
若年者就労支援室「あんだんて」  
新宿区新宿7-3-29 新宿ここから広場 しごと棟1階

TEL 03 (3200) 3311 FAX 03 (3208) 3100

平日 午前8時30分～午後5時(年末年始・祝日等除く)

HP <https://www.andante-shinjuku.net/>

no+e [https://note.com/official\\_andante/](https://note.com/official_andante/)

YouTube <https://www.youtube.com/@kazoku-sksc-andante>

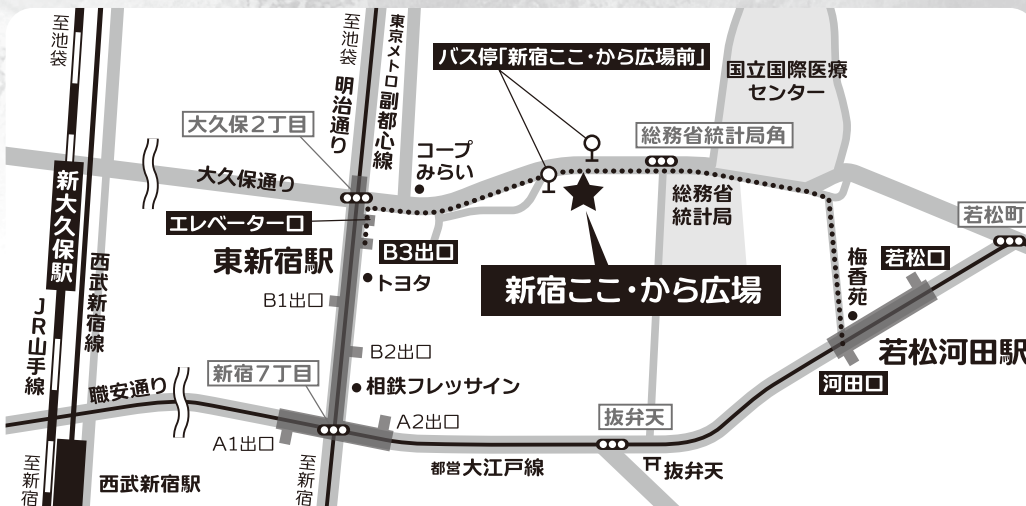
公式HP



no+e



YouTube



### 電車

- 東京メトロ副都心線・都営大江戸線「東新宿駅」エレベーター口より徒歩7分 B3出口より徒歩8分
- 都営大江戸線「若松河田駅」河田口より徒歩10分
- JR山手線「新大久保駅」徒歩18分

### 都バス

- 新宿駅西口より(国立国際医療センター経由)(宿74)東京女子医大前行き「新宿ここから広場前」下車 徒歩1分
- 新大久保駅より(飯62)都営飯田橋駅前行き または(橋63)新橋駅前行き「新宿ここから広場前」下車 徒歩1分