

ひきこもり等の当事者とご家族を応援する"居場所"



# すみだ みんなのカフェ

9/20(土) 講演会も実施します!

居場所では、ミニ講座とグループワークを行います。

テーマに沿って「**当事者の会**」と「**家族の会**」の2つの居場所を設け、  
公認心理師・臨床心理士などのこころの専門家が進行役となり、  
ひきこもりや心のありようについて、対話を通して考えていきます。

参加費  
無料

## 実施概要

- 日時** 毎月第3木曜日 10:30～11:50(12時閉会)
- 日程** 4/17、5/15、6/19、7/17※、8/21、9/18、10/16、11/20、12/18、1/15※、2/19、3/12※
- 場所** すみだ生涯学習センター(ユートリヤ) 講習室A・講習室C
- 対象** 墨田区に在住、在勤、在学中の、ひきこもり等の状態で悩む当事者とそのご家族
- 講師** NPO法人CNSネットワーク協議会

※午後には個別相談あり ※3月のみ第2木曜日

## 家族会、当事者会でのテーマ(予定)

### こころのしくみ

"行動"を変えるために  
必要なこと

### コミュニケーション

安心できる  
関係づくり

### 対話

参加してみよう!  
オープンダイアログ

様々なテーマや切り口で学び、話し合しましょう!

当事者・家族・支援者のための

## すみだみんなのカフェ講演会

- 日程** 2025年9月20日(土) 14:00～15:30
- 場所** すみだ保健子育て総合センター1階多目的ホール
- 講師** NPO法人CNSネットワーク協議会
- 要申込** 墨田区保健予防課 **定員** 30名

講演会は、墨田区在住・在勤・在学の方でテーマに関心のある方は、どなたでもご参加いただけます。

参加費無料

開催日、実施内容などが変更になる場合があります。最新の情報は墨田区HPなどをご覧ください。

[ お申込み・お問合わせ ]

墨田区 保健予防課 保健予防係 ☎03-5608-6506

↓ 詳細は、裏面をご覧ください ↓

