

# すばるの会

## (下関ひきこもり家族会)

この会は、ひきこもりのことで悩まれるご家族を対象にした集いです。

誰にも相談できない事でも、自由に話すことができます。他のご家族の話を聞くことで、気持ちが楽になります。参加費は無料ですので、是非ご参加下さい。また、奇数月には長年ひきこもり支援を行っているNPO 法人 Nest 代表石川氏に来ていただき、ご家族から質問していただくことができます。

※ 初めて参加される方は、事前に健康推進課にご連絡ください。

### 例会開催予定日(令和8年度)

| 開催日           | 開催場所                 |
|---------------|----------------------|
| 令和8年 4月21日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和8年 5月19日(火) | 唐戸保健センター ※Nest 石川氏来会 |
| 令和8年 6月16日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和8年 7月21日(火) | 唐戸保健センター ※Nest 石川氏来会 |
| 令和8年 8月18日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和8年 9月15日(火) | 唐戸保健センター ※Nest 石川氏来会 |
| 令和8年10月20日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和8年11月17日(火) | 調整中 ※Nest 石川氏来会      |
| 令和8年12月15日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和9年 1月19日(火) | 唐戸保健センター ※Nest 石川氏来会 |
| 令和9年 2月16日(火) | 唐戸保健センター             |
| 令和9年 3月16日(火) | 唐戸保健センター ※Nest 石川氏来会 |

### 開催場所

○唐戸保健センター(下関市役所本庁舎西棟3階)

所在地:下関市南部町1番1号

会場は、市役所内で変更となる可能性があります。

会場がわからない場合は、市役所3階健康推進課にお尋ねください。

### 開催時間

○いずれも14:00~16:00

### 問い合わせ先

○健康推進課 精神難病支援係 083-231-1419