

市民大学講座

オンデマンド受講
もあります！
(2月頃配信予定)

令和7年度 第2回 戸田市こころの健康講演会

ひきこもりの理解と支援 ～当事者の視点から～



はやし きょうこ

講師 **林 恭子** 氏 / ひきこもりUX会議代表理事

高校2年で不登校、その後30代まで断続的にひきこもる。信頼できる精神科医や同じような経験をした仲間達と出会い少しずつ自分を取り戻す。2012年から、「自分たちのことは自分たちで伝えよう」と“当事者発信”を開始し、イベント開催や講演、研修会の講師などの当事者活動をしている。

東京都ひきこもりに係る支援協議会委員／厚生労働省「ひきこもり支援にかかる支援ハンドブックの策定に向けた調査研究事業」「ひきこもり地域支援センター職員等への人材養成研修事業」委員等。

著書に『ひきこもりの真実―就労より自立より大切なこと』（ちくま新書）他。

日時 **2026年1月13日(火)**
13:30～15:30 (受付13:15～)

参加無料

会場 **戸田市文化会館 301会議室**

戸田市上戸田4丁目8番1号 (戸田駅から徒歩10分)

定員 **60名** (先着順)

対象 **当事者/経験者、ご家族、支援者、その他関心のある方どなたでも**
* 戸田市在住、在勤、在学の方が優先となります。

申込み **電話 または 市ホームページから**

* ニックネームでのお申込みも可能です。

* 当日参加も可能ですが、定員に達した場合は入場をお断りすることがあります。

市ホームページ



■ オンデマンド受講 ■ 当日の講演を市公式Youtubeで期間限定配信

ご希望の方は、**1月31日(土)まで**に市ホームページからお申し込みください。
配信開始時にメールで視聴URLを送ります。

申込み
問い合わせ

戸田市福祉保健センター
健康づくり担当

☎ 048-446-6453