

# 令和4年度 思春期・青年期家族教室(前期)のご案内

東京都立多摩総合精神保健福祉センターでは、思春期・青年期相談の一環として、ひきこもりや家族関係等でお悩みのご家族を対象として、思春期・青年期家族教室を開催しています。参加を希望される方は、**原則、事前にお申し込みが必要です。**〈電話〉042-376-6580(広報援助課 相談担当) またはメール [tamasou\\_kouza@section.metro.tokyo.jp](mailto:tamasou_kouza@section.metro.tokyo.jp) でご連絡ください(各申込開始日の朝9時より受付)。※新型コロナウイルス感染症対策のため、人数制限をしております。お申し込みのない方については、当日来所されてもお断りする場合がございます。

日時	テーマ	申込開始日	講師
4月18日 13:30 } 16:00	「私」と家族のコミュニケーション 〈アサーティブネストレーニング①〉 ～家族とのより良いコミュニケーションのために～	随時	Be-Happy!アサーティブネスの会 堤 暢子 氏
5月9日 14:00 } 16:00	ひきこもりの理解と家族の対応 〈ひきこもり・家族の対応シリーズ①〉	随時	センター相談員
5月23日 14:00 } 16:00	【第1回・公開講座】 ひきこもり本人・家族への支援や取り組み ～「楽の会リーラ」の活動紹介と家族の立場からの体験談～〈仮〉	4/25	NPO法人 楽の会リーラ 理事 加藤 和江 氏
6月20日 14:00 } 16:00	【第2回・公開講座】 思春期における様々な問題と解決志向アプローチ ～変化が起きる家族の関わり方のヒント～〈仮〉	5/23	原宿カウンセリングセンター 所長 田中 ひな子 氏
7月11日 14:00 } 16:00	本人とのコミュニケーション ～なかなか話せない場合の接し方～ 〈ひきこもり・家族の対応シリーズ②〉	随時	センター相談員
※ 8月15日 13:30 } 16:00	「私」と子どもの関係性① (ワークショップ形式)	個別相談の後	白梅学園大学 子ども学部 長谷川 俊雄 氏
9月12日 14:00 } 16:00	家族の役割と境界線 ～自立につながる親子関係～ 〈ひきこもり・家族の対応シリーズ③〉	随時	センター相談員

## 開催場所:当センター1階 研修室

□ : 家族向けの講座です。対象は家族の方のみになりますので、関係機関の方はご遠慮ください。

□ : 拡大版家族教室として、多摩地域在住の一般市民や、多摩地域の関係機関の方であれば、**どなたでも**参加可能です。

※ □ : 個別相談でお困りのことについて詳しくお伺いした上で、ご参加いただけます。この回に限り、**メールでお申し込みはできません。**まず、下記の『こころの電話相談』で個別相談をお申込みください。

※上記の他にも家族教室を計画中です。日時・テーマ等が決まりましたら、改めてお知らせいたします。



詳細はホームページの各公開講座の案内をご覧ください!

### 【相談のお申し込み・お問い合わせ先】

東京都立多摩総合精神保健福祉センター

『こころの電話相談』

TEL: 042-371-5560

月曜～金曜 9時～17時 (年末年始・祝日を除く)