

ひきこもりは誰にでも起こりうることで、特別なことではありません。当事者や家族の心に寄り添った正しい理解を深めることでひきこもり支援のスキルアップをしませんか。

## 「本人の気持ちと関係構築」

**講師** 石井 正宏 氏 ・NPO法人パノラマ代表理事  
・よこはま北部ユースプラザ運営法人 等

長年、ひきこもり状態にある若者への支援に携わり、2015年にはNPO法人パノラマを設立。校内居場所カフェ事業の運営なども行っている。

2020年からは、40歳以上のひきこもり状態にある方向けのオンライン会話サービス「ブリッジ」を開始するなど、ひきこもり支援の第一線で活躍中。

## 「家族の気持ちと家族支援の重要性」

**講師** 上田 理香 氏 ・KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部  
・事務局長・家族相談士

20代の頃の親子二重の社会的ひきこもりを経て、2012年よりKHJ全国ひきこもり家族会連合会本部スタッフとして、ひきこもり支援に従事。本人や家族の孤立を防ぐため家族支援の重要性を説き、長期高年齢化の相談事例に携わっている。

### 配信期間

令和5年7月14日(金)から3月28日(木)まで

※YouTubeで研修動画を配信します。

※視聴時間は、どちらの動画も100分程度です。

### 申込期間

令和5年7月14日(金)から2月29日(木)まで

### 申込方法

横浜市電子申請・届出システムの申込フォームからお申し込みください。

申し込みは毎月月末に事務局でとりまとめ、翌月に動画視聴ページのURLをメールでお送りします。

【申込フォームURL】

<https://shinsei.city.yokohama.lg.jp/cu/141003/ea/residents/procedures/apply/5e743ed-b-a3cc-4a92-ae6f-78f68b0109ac/start>

