

# 「ひきこもり」からの生きなおし

～ 私の体験から 悪夢、家族、医療、仲間、仕事、語ること ～

講師 岡本 圭太

(ひきこもり経験者 / 社会福祉士 / 精神保健福祉士)

今回の月例会は、20歳代でのひきこもりの悪夢の日々、ある“きっかけ”から脱出、医療や当事者グループの場を訪ねて社会とのつながりを取りもどし、そして、多くの若者たちからの相談を聴きつづける仕事に就いた講師の経験をお話しいたします。ご家族もご本人も、お気軽にご参加ください。

【日 時】2023年4月22日(土)14:00～16:30

【定 員】48名

【お申込】メールか電話でお申し込みください。

□ info@khj-machida.org

■ 090-4072-1642 (9:00～18:00 上野)

※定員に達し次第、お申し込みを締め切ります

【会 場】町田市民フォーラム4階 第2学習室  
(サウスフロントタワー町田4階)

【参加費】 会員 500円/一家族  
一般 1,000円/一家族  
ひきこもり当事者は無料



【ご注意】新型コロナウイルス感染防止のため、当日事前の検温、マスク着用、施設入口での手指消毒をお願いします。

## 【講師 プロフィール】

岡本圭太(おかもと けいた) 1974年生まれ。神奈川県横浜市出身。大学時代の就職活動で挫折を経験、社会から撤退した日々を過ごす。「ひきこもり」ということを知って光が射した。25歳のときに通院を始め、20歳代後半は当事者グループや勉強会の運営に携わり、30歳で仕事に就く。2006年からは若者向け就労支援施設で相談員を務めた。全国各地で自身の体験を語る講演活動を行っている。

## 【町田家族会 イベントの予定】 < 4 月 >

◆本人のための「居場所 IN まちだ」	4月8日(土) 13:30～16:00 町田市民フォーラム 3階 和室
◆親のもうひとつの居場所「やわらぎ」	4月14日(金) 14:00～16:30 町田市民フォーラム 3階 和室
◆身体をほぐす YOGA(ヨガ)部	4月16日(日) 13:30～15:30 町田市民フォーラム 3階 和室