令和8年度北海道社会福祉総合基金一般公募助成金　ひきこもり当事者の社会参加回復促進プロセス地域連携事業

ひきこもりからのリカバリーを考える



～自分にできる多様な経験をする大切さ～

ひきこもり当事者にとって、これまでのひきこもってきた経験を否定されることなく、悩みや不安があってもいつでもそこから再出発することが可能で、今、自分にできることを少しずつ積み重ねていくことがリカバリーには必要とされています。ひきこもり支援ハンドブックでは、自分の進路は自分で選択し決めていくという「自律」の理念が出されています。自分で決断できるようになるためには共に考え、支え合ってくれるピアな人たちや地域に存在する周囲の理解者も欠かせません。ひきこもり当事者が安心してリカバリーできるためにはいったい何が必要か参加者全体で考えてみませんか。
多くの皆様のご参加をお待ちしています。

INFORMATION

第1部　基調講演

「その人らしい一歩を支えるために」
― ひきこもりからのリカバリーと社会とのつながりを考える ―

講師　岡田（おかだ）　宏基（ひろき）氏



兵庫医科大学 講師／博士
作業療法士・精神保健福祉士

経歴
北海道大学助教を経て現職。メンタルヘルス領域で、人が自分らしい生活を取り戻し、社会とつながっていく過程について研究・教育を行っている。

第2部　シンポジウム

「私にとって『自律』とはどういうことか」
ー新たな生き方を目指してー

シンポジスト　北海道内在住（札幌・函館・帯広）のひきこもり当事者経験者3人

第3部　各シンポジストを囲む対話交流

開催日時　2027年1月23日（土）

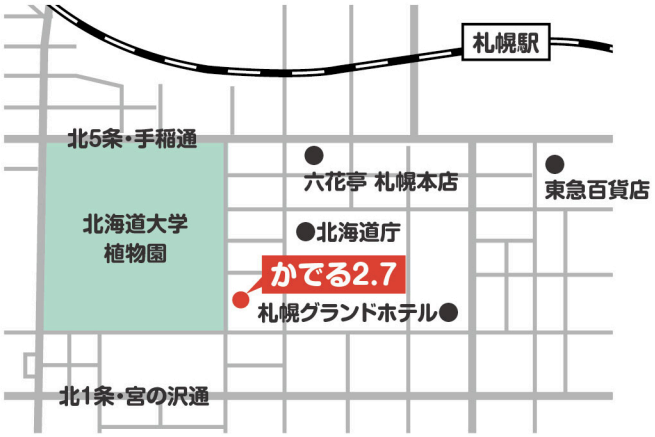
会場　13:00～15:30（開場12:30）
北海道立道民活動センター「かでる2.7」
5階 520会議室

対象　ひきこもりに関心のある人

参加費　無料

定員　100人（先着順）

事前申し込み不要
当日受付いたします



事務局
特定非営利活動法人
レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
〒064-0824　札幌市中央区北4条西26丁目3番2号
TEL　090-3890-7048
e-mail　info@letter-post.com
URL　https://letter-post.com

主催　特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
後援　全国ひきこもりKHJ家族会連合会北海道「はまなす」・北海道ひきこもり当事者連絡協議会・北海道ひきこもり成年相談センター・札幌市ひきこもり地域支援センター・函館ひきこもり家族交流会「あさがお」当事者会「樹陽のたより」・NPO法人クロユリの会