

# 家族が最初の支援者になるために 身につけたい5つのステップ 「ひ・き・こ・も・り」



2025年

6月4日（水） 15:00～16:30



- ひ** 評価（ひょうか）：ひきこもり状況の理解
- き** 聴（き）く：傾聴による相談しやすい場所づくり
- こ** 声（こえ）かけ：適切な声かけによるポジティブな行動変化
- も** 求（もと）める：状況に応じて専門家に支援を求める
- り** リラックス：リラックスできる家庭での取り組み

**家族が最初の支援者になるためのはじめの一步**を学ぶことができます  
今回は家族支援の基礎（特に「こ：声かけ」）を紹介します

申込締切：2025年6月2日（月） 正午

参加条件：ひきこもり状態にある人の**ご家族の方・支援者の方**  
**パソコンを使ったオンライン（Zoom）での参加が可能な方**

募集人数：20名

申込方法：下記のURLまたはQRコードからご応募ください  
<https://forms.gle/AJNMC2QZ3JFoUZyR7>

申し込み  
フォーム



ひきこもり研究ラボ@九州&北海道（代表）加藤隆弘（事務局）久保太聖  
お問い合わせなどの連絡先：[familysupport@hikikomori-lab.com](mailto:familysupport@hikikomori-lab.com)

ひきこもりラボHP

