

# ひきこもるころ

## ～ひきこもり当事者の経験から～

参加無料  
要予約

日時

2025年1月18日(土)  
14:00～15:30 (開場13:15)

会場

ウィズあかし子午線ホール (明石駅東徒歩5分)  
明石市東仲ノ町6番1号アスパシア明石北館9階

対象  
定員

ひきこもり当事者/経験者、家族、関心がある方  
はどなたでも(※主に明石市内在住、在勤者)  
定員180名

申し込みはフォーム(右記二次元コードもしくは明石市ホームページ  
<http://www.city.akashi.lg.jp>)で受付を行います。フォーム  
での申し込みが難しい方は、電話やメールでご連絡ください。  
※申し込み受付は1月16日(木)まで



### 講演

一般社団法人ひきこもりUX会議 代表理事 林 恭子 氏



高校2年生で不登校。その後30代まで断続的にひきこもる。信頼できる精神科医や同じような経験をした仲間達と出会い少しずつ自分を取り戻す。2012年から、「自分たちのことは自分たちで伝えよう」と”当事者発信”を開始し、イベント開催や講演、研修会の講師などの当事者活動をしている。著書に『ひきこもりの真実-就労より自立より大切なこと』(ちくま新書)、『「ひきこもり」の30年を振り返る』(岩波ブックレット)他。

### トークセッション

ひきこもるころについて、考える

登壇者：林恭子氏

都出恵氏 (認定NPO法人コムサロン21)

【申し込み・問い合わせ先】

あかし保健所 相談支援課  
(明石市ひきこもり相談センター)

電話：078-918-5669

メール：hi-soudan@city.akashi.lg.jp