「丹波市地域つながりセンター ここから」市民への理解啓発事業

参加費無料

経験者が語る ひきこもる心を理解するセミナー

止まっていた時間が動き出した日

～ひきこもり経験からの再出発～

長い孤立の時間を過ごした講師が、その間に抱えていた思いを、歌と語りで表現します。
「声にならなかった気持ち」「誰にも言えなかった痛み」「小さな希望の芽」それらを音楽にのせて解きほぐしながら、再出発までの道のりを語ります。聴く人が自分自身や身近な人の姿を重ねられる、優しくて力強い講演です。

講師　たなか きょう 氏

10代後半より断続的にひきこもりを経験。体験の語りとギター弾き語りを組み合わせ、孤立の中で抱えた思いや再出発の歩みを等身大に届ける。音楽を通じて心を開き、聴く人が安心して自分と向き合える場をつくっている。
現在は、いざわファーム（株）統括部長として就労継続B型せいかファーム、ぷらすファームにて農福連携に取り組む。
厚生労働省『ひきこもりVOICE STATION』に出演。



【スケジュール】12:45より受付開始

13:10	DVD「見上げれば」上映（DVD紹介は裏面）
13:50	休 憩
14:00	講 演　たなか きょう 氏
15:15	質疑応答
15:30	閉 会

日時　2026年12月12日(土)　13:10～15:30

会場　ハートフルかすが 大会議室（丹波市春日福祉センター）　丹波市春日町黒井1500番地

定員　70名　（空きがあれば当日参加OK、途中参加、途中退席もOK）

主催：丹波市　／　丹波市地域つながりセンター ここから（0795 - 86 - 7101）



まだ、観られてない方は是非!!

《上映DVD紹介》『見上げれば』

若者のひきこもりを題材とした兵庫県制作の人権DVD

【テーマ】
社会におけるひきこもりと人権
～誰もが支え合える社会の実現をめざして～

ひきこもりの背景や状態は人それぞれですが、長期化すると社会や人に対する恐怖感が強まり、本人や家族の人生に深刻な影響を与えます。就職・再就職の難しさ、家族もどうしていいかわからず心身が疲弊するなど、その苦悩は計り知れません。さらに地域社会とのかかわりが乏しく存在が見えづらいため、家族だけで悩みを抱え込む現実があります。

このDVDでは、できるだけ早い段階で適切な支援につながることの重要性、信頼できる人とのつながりや、寄り添ってくれる人のいる「居場所」が回復のきっかけになるととを伝えます。どのような状況の人にも、寄り添い合い、誰もが支え合える社会の実現をめざし制作された作品です。

参加お申込み方法

下記のいずれかの方法でお申込み下さい

電　話　：　０９０－９２８１－７３４８（担当：大槻）
メール　：　info@nexsta.jp
（お名前orニックネーム・連絡先をご記入下さい）

ネット　：　右記のQRコードよりアクセスしてください　⇒

※QRコードでアクセスがむずかしい場合は、FAX・電話でお申込み下さい

FAX 参加申込書　参加申込FAX　0795-80-1294

お名前 （ニックネーム可）	ご連絡先 （電話番号もしくはメールアドレス）	お住いの市町村 （任意です）

お問合せ　「丹波市地域つながりセンター ここから」電話 0795-86-7101（担当：大槻）