

ひきこもり・不登校・障がいなど様々な生きづらさの方を支える
"ご家族" 中心の座談会

ひととこオフ会



Instagram始めました！

『子ども・家族がひきこもっている...』
『学校にいかなくなってしまった...』
『他の家庭はどうしているんだろう...』

ご家庭によってお悩みは様々ですよね。
一人で抱え込まず、誰かと話すことで
心を軽くしませんか？
ひととこオフ会は"ちょっとオフになれる"
座談会です。



毎月1回開催（日曜日）

10:00～12:00
(9:30～ 受付)

①話題・情報提供
②座談会

（1組4～6名程度、定員20名）

2025年度

4/20	5/18	6/15
7/13	8/17	9/21
10/19	11/16	12/21
1/18	2/15	3/15

【会場】

一般社団法人hito.toco
高松市瓦町2-2-13 新瓦町ビル3F
ことでん「瓦町」駅徒歩5分
お車でお越しの方は近隣駐車場をご利用下さい。

【対象】

ひきこもり・不登校・障がいなど様々な
生きづらさのある方を支えるご家族、
当事者・経験者、支援関係者など

【主催・問合せ】一般社団法人hito.toco

【申込】

下記QRコードからお申し込み下さい。
その他、ご不明な点はお電話下さい。
※各回定員に達し次第、受付終了致します。

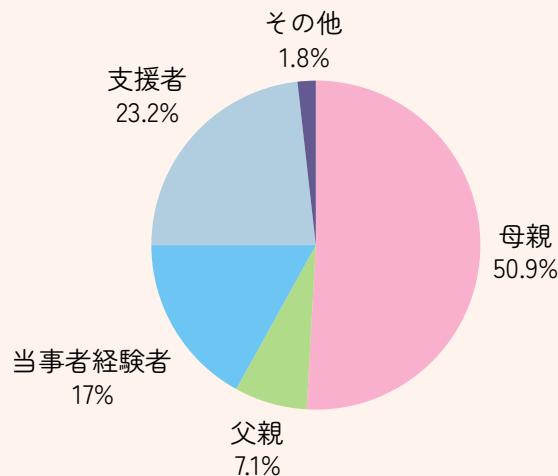


087-802-1911
info@hitotoco.or.jp

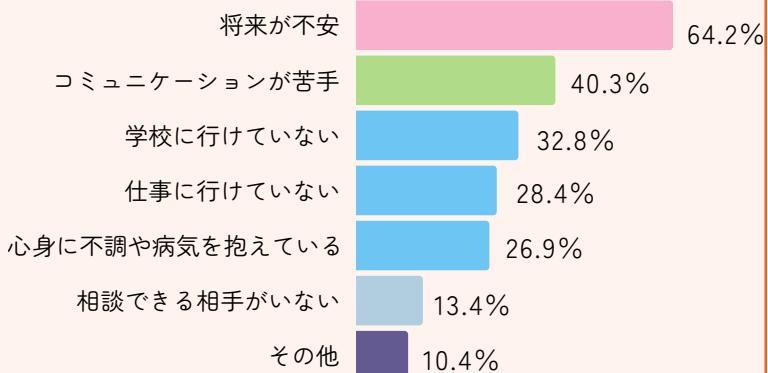
数字で見るひととこオフ会

参加者の方にお答えいただいたアンケート結果をまとめました！

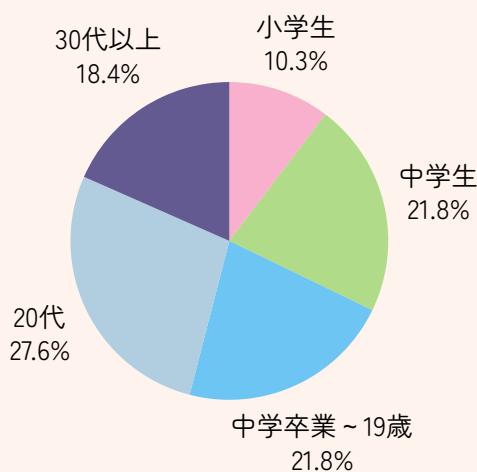
参加者の立場



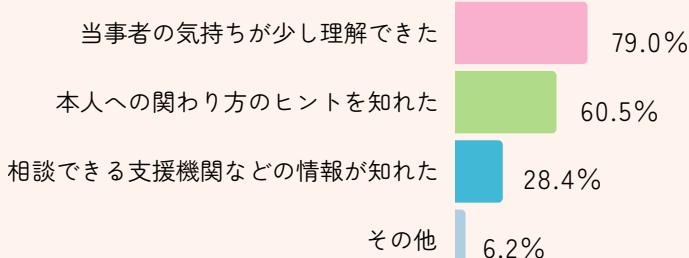
現在の悩み



子どもの年齢



参加して得られたもの



参加者の声

自分の言動などを改めて振り返ることができました。それぞれの方の意見が聞けて、とても参考になりました。

同じ悩みを抱える人が多くいることに安心し、力をもらいました。

悩みながら皆さん支えているんだなと…一人ではないんだと思いました。

当事者のお話を聞けて心に響きました。見守ることは勇気がいりますが頑張りたいです。

ひととこオフ会 2026年1~3月 3ヶ月連続 ~体験談発表~

1月
18日



タカハシ さん
(当事者)

小学4年生から中学生にかけて徐々に登校渋り、高校中退を期にひきこもり状態になり約20年ほど自宅で過す日々を送る。母親の体調不良をきっかけに兄のサポートもあってひきこもり支援機関とつながる。その後就労支援を経て就職するが、半年ほどで人間関係をきっかけに離職。就労支援機関の勧めで職場体験を通じてスーパーで勤務。徐々に仕事や環境に慣れ、勤務日数や時間を増やしている。

2月
15日



きむら さん
(母親)

中・高校生の母親。中学3年生の息子が完全な不登校ひきこもり、卒業後の進路も全て「わからない」に包まれている。社会資源を探し求めながら、親自身の人生を見つめ直している。

情報がなく孤独だった経験から“ピアサポート丸亀 不登校ひきこもり情報”を市民活動登録しInstagramで発信している。

3月
15日



akko さん
(当事者・母親)

祖母からの虐待、いじめ、自殺未遂、非行、離婚経験者。長女（ASDてんかん）次女（ASD心疾患、軽度知的）を育てる中、この子達が生き抜く力を作るにはと、学びながら働く。現在は心理カウンセラー、主に心理と多様な掛け合わせをし表現活動中。長女・次女共に二次障がいを発症しながらも、一人ひとりの生き方をしている、私も応援中。リアルな日常、個と個の関係性、問題の分離、理解と納得の違いなどについて、自身の体験を語ります。