

ひきこもり当事者・経験者・家族・支援者などの 小さな交流会 in 東讃

第1回：家族や支援者との関わり

2026年 **12/21** (月)

三木町防災センター

(木田郡三木町氷上310)

第3回：社会とつながるきっかけ

2027年 **2/5** (金)

さぬき市津田保健センター

(さぬき市津田町津田915-1)



体験談講話 のぶちゃん

心身の不調で、中学2年生の春から家で過ごす。周りに取り残される焦りから19歳で通信制高校に進学。成人後も再び家で過ごす、転職をするなど試行錯誤中。家族や支援者をはじめ、人に関わり、助けてもらい現在に至る。

第2回：当事者として、親として人生の“波”

2027年 **1/20** (水)

東かがわ市交流プラザ

(東かがわ市湊1806-2)



体験談講話 akko

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うつを発症しながらも、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。



14:00－16:00 開場 13:30－

定員：各回**20名程度**(参加費無料) 参加予約受付中

【主催】香川県、一般社団法人hito.toco

【協力】さぬき市、東かがわ市、三木町、東讃保健福祉事務所

【後援】さぬき市、さぬき市教育委員会、東かがわ市、東かがわ市教育委員会、三木町、三木町教育委員会

本イベントは香川県「令和8年度 ひきこもりサポーターを活用した多様な居場所事業」として一般社団法人hito.tocoが受託し企画しています。

小さな交流会とは

ひきこもり・不登校・障害など様々な生きづらさを抱える当事者や経験者、またその方を支えるご家族や支援者、地域の方などが集まってお話する座談会です。近い立場の方たち同士でお話することで、「自分たちだけではなかった」と少しでも気持ちが軽くなったり、孤独・孤立しがちな気持ちを少しでも和らげることができればと思い開催します。



ひきこもり当事者・経験者・家族・支援者などの 小さな交流会 in 東讃



第1回：三木町

のぶちゃん

2026年

【開催日】 **12月21日(月)**

申込み締切：12月20日

【会場】

三木町防災センター
(木田郡三木町氷上310)

第2回：東かがわ市

akko

2027年

1月20日(水)

申込み締切：1月19日

東かがわ市交流プラザ
(東かがわ市湊1806-2)

第3回：さぬき市

のぶちゃん

2027年

2月5日(金)

申込み締切：2月4日

さぬき市津田保健センター
(さぬき市津田町津田915-1)

【当日の流れ】 **14:00-16:00** (開場 13:30-)

前半：体験談講話 後半：小さな交流会(座談会)

【対象】 ひきこもり当事者・経験者、家族、支援者、
関心のある方などどなたでも

【定員】 各回20名程度(参加費無料・座談会は1組4~5名程度)
※事前申込みの方を優先。定員に達しない場合は当日参加も受付予定。



申込み



二次元コードから参加申込みフォームを開いてお申込みください。

フォーム送信後、ご入力いただいた内容の控え(自動返信メール)が届きます。

※メールが届かない場合は、迷惑メールフォルダなどをご確認ください。

(お電話かメールでの
申込みはこちら)

一般社団法人hito.toco

【お電話】 087-802-1911 (平日9:00~17:00)

【メール】 hikisapo@hitotoco.or.jp

一般社団法人
hito.tocoとは

2016年に設立。不登校やひきこもり等による生きづらさを抱えた方への支援や、就職を目指す障害のある方への就労支援サービスなど、生きることの選択肢を増やすために人と社会が
つながるきっかけをつくる活動を行っています。一人ひとりの生きづらさがある前提で一緒に
未来を考えたい。お互いが「あなたがいてよかった」と思える社会の実現を目指して。

