2026年度日本郵便年賀寄付金助成事業

ひととこオフ会 in丸亀

そこにいる。それだけで、いい。
ー 生きづらさを抱えながらも、歩んできた道のりー

体験談講話

下田 亮太（下田つきゆび）

一般社団法人りぐらっぷ高知/地域活動支援センターぐらっぷるピアスタッフ
ひきこもりピアサポーター

1983年、高知県生まれ。
中学2年生で不登校となり、3年間の完全ひきこもりを経験。
その後、定時制高校を経て短期大学へ進学。
精神的に不安定になり、ひきこもりがちな生活を送りながらも卒業。

ひきこもっていた日々の中で、何を感じ、何を見つめてきたのか。
自身の歩みを振り返りながら、経験したからこそ見えてきたこと、
そして今、伝えたい思いを、自分自身の言葉で語る。

講話のあとは…

座談会

少人数で、気軽に話せる時間です
話したいこと、うまく言えないこと、
どんなことでもだいじょうぶ。
ここでの時間が、
少しでも心が軽くなる
きっかけになればうれしいです

2027年 3月14日（日） 10:00～12:00（9:30～受付）

場所 シアターマド（丸亀市民会館） 1階 マルチスペースA・B
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

申込 QRコードを読み取って申込みフォームからお申込みください
※定員に達し次第申込を終了致します

定員 30名（参加費無料・座談会は１組4～５名程度）

お申込みはこちらから

【主催・問合せ】一般社団法人hito.toco　Tel：087-802-1911　Mail：ibasho@hitotoco.or.jp

（後援）丸亀市、丸亀市教育委員会、丸亀市社会福祉協議会