



ひきこもり状態にあったり人間関係に悩んでいる、周りにうまく馴染めない、漠然とした不安や焦りがある…そんな生きづらさを抱えていませんか。

ひきこもりの経験者などで構成される「ひきこもりUX会議」のメンバーを招き、体験談や参加者同士の交流会を行います。ひとりで抱え込まず、誰かと共有しませんか。

2026年 **3月4日** [水]
13:30-16:00

定員
30名

参加費
無料

要
申込

プラっとざま 多目的室
(座間市相模が丘1-25-1)

同日開催！ つながる待合室

ひきこもり状態のご家族がいる方、支援に携わっている方、「ひきこもり」に関心がある方など、その場に集まった方同士で自由に話して交流する場です。当事者の方も参加可能です(性別不問)。要申込。

詳細は裏面をご覧ください

主催：座間市地域福祉課(問い合わせ先 046-252-8566[月～金/9:00-17:00])

運営：一般社団法人ひきこもりUX会議

2026年 **3月4日[水]** 定員 **30名** 参加費 **無料** 要 **申込**
13:30-16:00(開場13:10)

TIME
SCHEDULE

13:30-14:15 第1部 ひきこもり経験者の体験談
14:20頃-16:00 第2部 テーマトーク

対象

ひきこもり状態にあたり、対人関係の難しさを感じている、孤独・孤立を感じているなどの生きづらさを抱える女性。年齢不問。

※途中入退出自由

※第1部は、女性であれば当事者・経験者ではない方もご参加いただけます。

会場

プラっとざま

座間市相模が丘1-25-1

リビオタワー小田急相模原コモンズ3階



ACCESS 小田急線「小田急相模原駅」北口徒歩3分

同日開催 つながる待合室

ひきこもり状態のご家族がいる方、支援に携わっている方、「ひきこもり」に関心がある方など、その場に集まった方同士で自由に話して交流する場です。当事者の方も参加可能です。

※ひきこもり女子会とは別会場です。

日時 **3月4日[水]**
14:30-16:00(開場14:15)

会場 プラっとざま 打合せ室

定員 10名

参加費 無料

申込 要予約

運営団体・当日運営スタッフについて

ひきこもり
UX会議

一般社団法人ひきこもりUX会議

ひきこもりや不登校、発達障害、性的マイノリティの経験・当事者が立ち上げた団体。当事者の視点から「生存戦略」の提案・発信をしている。



恩田 夏絵

ひきこもりUX女子会スタッフ



すえ

ひきこもりUX女子会スタッフ



石崎 森人

つながる待合室スタッフ

小学2年から不登校に。その後、ひきこもり、リストカットなどを経て定時制高校を卒業するが、“生きること”への希望を見いだせず、人生最期の旅のつもりで地球一周の船旅へ。2010年、洋上フリースクール『ピースポート・グローバルスクール』を開校。

幼い頃より親との関係がうまくいかず、不安定な家庭環境で育つ。高校卒業後に地方から上京するが、職場に适应することができず30代まで社会人とひきこもりを繰り返す。現在は、生き方を模索中。

1983年生まれ。幼い時から生きづらさを抱え、24歳から2年半ほどひきこもる。ひきこもりから脱した経緯や試行錯誤を『不登校新聞』で「ひきこもるキモチ」として連載。ひきこもり当事者/経験者発信メディア「ひきボス」の編集長などの活動をしている。

お申込みはコチラから

申込期限:2026年3月1日まで

座間市地域福祉課 電話かLINEにてお申込みください

TEL **046-252-8566** [月～金/9:00-17:00]

右記二次元コードを読み取り、LINEの「友だち追加」登録をしてください

