



おひさまてらす kokubunji

ひきこもり等つらさに寄り添う家族の会です。

『家にこもりがちで社会参加がうまく出来ていない』『就労していない』などの家族を抱え、『そのような当事者との関わり方が分からない』といった、困り事やお悩みはありませんか？

おひさまてらすは、同じような境遇にある家族が出会い、想いを自由に語り合い、交流ができる“居場所”です。話したくなければ、その場にいるだけでも大丈夫です。

お一人で抱え込まないで、まずは、気軽に立ち寄ってみませんか？

対話交流会

お茶とお話し、癒しの場

お互いゆっくり話をして聞いて、愚痴を言ったり笑ったり、話すだけで心が少し軽くなる。そんな居場所です。

日時:概ね 毎月第2木曜日
(詳しい日程は裏面をご確認ください)

14:00~17:00

場所:居場所《るあな》
国分寺市南町 1-13-1 越路荘1F
(国分寺駅南口徒歩 10分)

※裏面地図をご確認ください。



定例会

わかちあい、支え合い、学びの場

生きづらさを抱える当事者に対して、家族がどのように関わればよいのか、共に学び、共に考えます。

日時:概ね 毎月第3土曜日
(詳しい日程は裏面をご確認ください)

14:00~16:00

場所:国分寺市福祉センター3F
第3会議室
国分寺市戸倉4-14



連絡先 おひさまてらす (代表: 間瀬)
メール: ohitera.kokubunji@gmail.com



※メールでの連絡が難しい方は (社福) 国分寺市社会福祉協議会

☎ 042-324-8311 までご連絡ください。


(開所時間: 月~金 9:00~17:00 祝日・年末年始を除く)

協力団体: 社会福祉法人 国分寺市社会福祉協議会

おひてら日程表

対話交流 (概ね第2木曜日)14:00~17:00

定例会 (第3土曜日)14:00~16:00

	対話交流会	定例会		対話交流会	定例会
4月		4月15日(土)	10月	10月12日(木)	10月21日(土)
5月	5月11日(木)	5月20日(土)	11月	11月9日(木)	11月18日(土)
6月	6月8日(木)	6月17日(土)	12月	12月7日(木)	12月16日(土)
7月	7月6日(木)	7月15日(土)	R6/ 1月	1月11日(木)	1月20日(土)
8月	8月10日(木)	8月19日(土)	2月	2月8日(木)	2月17日(土)
9月	9月7日(木)	9月16日(土)	3月	3月7日(木)	3月16日(土)

おひてら定例会、対話交流会

定例会無料・対話交流 500円

(共に当事者無料)

申し込み不要。入退自由。

対象：家族、当事者、関係者等

定例会は学びやわからあい

居場所は交流の場として

お気軽にご参加ください。

おひてらのルール

- 1, 中で聞いた話を口外しない、SNS で発信しない。
- 2, 相手の話を否定、批判しない。
- 3, 話す時間をひとり占めしない
- 4, 話を聞くだけでも OK。
- 5, 特定の政党、企業、宗教への勧誘や営業行為の禁止。
- 6, 暴言暴力の禁止。

おひさまてらす交流 居場所の地図

