

はばたきスケジュール 令和8年4月～6月

4月



相談は月～金で行っています。
匿名でもOKです。

| 日 | 月 Mon | 火 Tue | 水 Wed | 木 Thu | 金 Fri | 土 |
|----|-------|---------------------|------------------------|--------------------|-------|----|
| | | | 1 AM スワロー PM つどい | 2 専門相談 (医療) | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 スワロー | 9 専門相談 (お金) | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 オンライン スワロー | 15 ★スワロー 好きを語る会 | 16 専門相談 (医療) | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 スワロー | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 オンライン スワロー | 29 昭和の日 | 30 | | |

居場所について

【スワロー】自由に過ごせる居場所

場所：豊明市社会福祉協議会（新田町吉池 18-3）3階視聴覚室
毎週水曜日 10:00～12:00、13:00～15:00
※第1水曜日は午前のみ（6/3は午後もあります）



【家族のつどい】家族の交流の場

場所：豊明市社会福祉協議会（新田町吉池 18-3）3階視聴覚室
毎月第1水曜日 13:30～15:00 ※6月は6/7（日）開催

【オンラインスワロー】家から参加できるマイクラのオンライン居場所

毎月第2・第4火曜日 13:30～15:30
ご参加希望の方はご連絡ください（裏面参照：電話・メール・LINE）

5月

初めてご利用の方は、裏面の電話もしくは
メールにてお問合せください。



| 日 | 月 Mon | 火 Tue | 水 Wed | 木 Thu | 金 Fri | 土 |
|----------------|------------|---------------------|-----------------------------------|--------------------|-------|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 憲法 記念日 | 4 みどりの日 | 5 こどもの日 | 6 振替休日 | 7 専門相談 (医療) | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 オンライン スワロー | 13 AM ヨガ ★AM スワロー PM つどい | 14 専門相談 (お金) | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 スワロー | 21 専門相談 (医療) | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 オンライン スワロー | 27 スワロー | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

★4月のイベント

15日（水）スワロー：好きなものを語る会

あなたの好きなもの、今ハマっていることを語りあいましょう！

好きなアニメ、アーティストや手芸などココが好き！というところを教えてください！グッズなどを持ってきてもいいよ！ 場所：2階集会室



★5月のイベント

13日（水）AM スワロー：やさしいヨガ

誰でもできる簡単なヨガです。GW明けに軽く体を動かしましょう。
動きやすい服装でお越しください。

場所：2階集会室 持ち物：バスタオル（畳に敷く）・飲み物



6月



| 日 | 月 Mon | 火 Tue | 水 Wed | 木 Thu | 金 Fri | 土 |
|----------|----------------------|---------------------|-------------|--------------------|-------|----|
| | 1 | 2 つどいは ありません | 3 スワロー | 4 専門相談 (医療) | 5 | 6 |
| 7 つどい | 8 日曜につどい があります | 9 オンライン スワロー | 10 スワロー | 11 専門相談 (お金) | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 ★スワロー | 18 専門相談 (医療) | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 オンライン スワロー | 24 スワロー | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |

平日に参加できない親御さんをはじめの方も
ぜひご参加お待ちしております♪

★6月のイベント

- 7日(日) 13:30~15:00 家族のつどい 心と体を軽くするワーク
(第1水曜PMのつどいはお休みです)
- 17日(水) スワロー 心と体を軽くするワーク
体調が乱れやすい季節の変わり目に、心も体もスッキリ落ち着かせよう



ひきこもり相談窓口はばたきでは、義務教育終了後のひきこもりがちな方(おおむね64歳まで)とその家族等を対象に、相談や居場所づくり、就労支援等の活動を行っています。また本人や家族が安心して過ごせるように、ひきこもり状態について理解を深める普及啓発活動も行っています。

いきなり相談するのは緊張するし勇気がいるという方は、スワローの見学からはじめるなど、あなたの気持ちやペースに合わせて徐々につながっていくこともできます。まずは、お気軽にご連絡ください。

相談 & 参加
無料です

相談について

- 通常相談●
月曜日～金曜日 8:30～17:15(祝日・年末年始はお休み)
来所・訪問・電話での相談を行っております。
- 専門相談● ※要予約
〈医療〉心理的・精神的・医療に関する相談
なんとなく胸や頭が痛い、眠れない、医師や薬に不信感がある…
〈お金〉生活設計などお金に関する相談
一人暮らしを始めたい、お金の困らない生活がしたい、
親も高齢になり経済的に子の将来が心配…
こうしたお悩みを専門の方に相談ができます。
- 就労相談●
一度も働いたことがないから不安、働いてもミスしたらどうしようかと怖くて踏み出せない… 就労についての不安や困りごとについて、解決の方法を一緒に考え、お手伝いします。
☆就労体験や訓練も行っております!
- アートセラピー相談●
絵は無意識の心のイメージも映し出します。絵を通して自分のこと、家族のこと、今後のことなど、考えてみませんか?
絵の上手下手は関係ありません♪

ひきこもり相談窓口はばたき
【電話】0562-93-5051
【携帯】080-6900-7941
【メール】habataki@toyoake-syakyo.jp
【HP】https://toyoake-syakyo.jp

〒470-1116 豊明市新田町吉池 18-3 総合福祉会館内
 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15
 ※状況により、変更・中止になることもあります。

はばたきLINE
でもお話できます

