

ひきこもりUX女子会 全会場共通事項

時 間 14:00-16:30 [開場 13:40] ※開催日は会場毎に異なります

参加費 無料

参加方法 申込不要／途中入退室可

対 象 ひきこもり状態にあったり、対人関係の難しさを感じているなど、さまざまな生きづらさを抱えている女性。年齢不問。

内 容 第1部：ひきこもり経験者による「体験談」(40分程度)

第2部：当事者・経験者のみの「グループトーク」(1時間30分程度)

テーマごとに少人数のグループに分かれて交流します。

テーマ例…家族関係／メンタルヘルス／自立／夢ややりたいこと／趣味・好きなこと／人間関係／主婦／シングル／年代別トークなど

※途中休憩あり

※各会場が定める定員に達し次第、参加をお断りする場合があります。予めご了承ください。

※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。

「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をする場です。

時 間 15:00-16:30 [受付開始 14:45]

参加費 無料

参加方法 申込不要／途中入退室可

対 象 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
(当事者の方も参加可能です)

※つながる待合室は性別問わずご参加いただけます。

※各会場が定める定員に達し次第、参加をお断りする場合があります。予めご了承ください。

会 場 昭島市 アキシマエンス 校舎棟2階 201会議室 [定員]40名

新宿区 区産業会館(BIZ新宿) 3階 研修室A [定員]50名

杉並区 セシオン杉並 2階 講座室 [定員]40名

昭島市

開催日 2025年11月16日[日]

会 場 アキシマエンス
校舎棟2階
202～205会議室
(昭島市つつじが丘3-3-15)

定 員 60名



[JR 青梅線「昭島駅」北口より徒歩10分
JR 青梅線「中神駅」北口より徒歩10分]

新宿区

開催日 2025年12月18日[木]

会 場 区産業会館(BIZ新宿)
1階 多目的ホール
(新宿区西新宿6-8-2)

定 員 100名



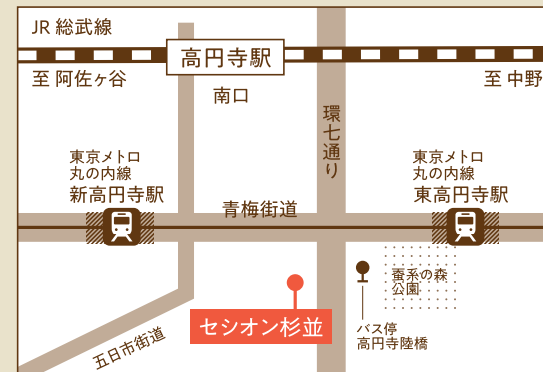
[東京メトロ丸ノ内線「西新宿駅(2番出口)」
より徒歩約5分
都営地下鉄大江戸線「都庁前駅(A5番出口)」
より徒歩約8分]

杉並区

開催日 2026年1月23日[金]

会 場 セシオン杉並 3階
第8・9・10集会室
(杉並区梅里1-22-32)

定 員 80名



[東京メトロ丸ノ内線「東高円寺駅」より徒歩
5分、「新高円寺駅」より徒歩7分]