

参加にあたって

- 人数把握のため受付にて、お名前（ニックネーム可）・お住まい（市区町村まで）をお伺いします。
- 運営スタッフとして、準備・開場時間中に男性職員が会場内にいる場合があります。予めご了承ください。イベント開始後、男性職員は女子会の会場から退出します。

対話の ルール

参加された方が安心して語り合える場作りにご協力ください。

- ① 聞いた話は外で話さない、SNS等で発信しない
- ② 相手の話を批判・否定しない
- ③ 話す時間を独り占めしない
- ④ 聴いているだけでもOK
- ⑤ 営業、政党活動、宗教などへの勧誘はしない

注意事項

※予期せぬ自然災害の発生等によってやむをえず開催を延期または中止する場合があります。

※本イベントでは新聞・テレビ等の取材を受け入れる場合があります。その際は参加者の方々のプライバシーならびに場の安心・安全に細心の配慮をします。

※上記の開催中止や取材等については、前日までにひきこもりUX会議オフィシャルブログ(<http://blog.livedoor.jp/uxkaigi/>)にてお知らせします。

ひきこもり UX会議



一般社団法人ひきこもりUX会議とは

不登校、ひきこもり、発達障がい、性的マイノリティの当事者・経験者らによって発足。当事者の視点から「生存戦略」の提案・発信を続けるクリエイティブチーム。2016年6月から開催している「ひきこもりUX女子会」は、2025年5月までに全国各地で200回以上開催し、のべ6,000人以上が参加している。

✉ info@uxkaigi.jp 🌐 <https://uxkaigi.jp/> ☎ [@uxkaigi](https://www.facebook.com/uxkaigi) 📺 <https://www.facebook.com/uxkaigi>

問い合わせ先

文京区会場に関して

文京区 生活福祉課 自立支援担当

TEL: 03-5803-1917 FAX: 03-5803-1354

日野市会場に関して

日野市 健康福祉部 セーフティネットコールセンター

TEL: 042-514-8542 FAX: 042-583-4198

国分寺市会場に関して

国分寺市 福祉部生活福祉課相談支援係

TEL: 042-312-8635 FAX: 042-325-9026

2025年度TOKYO広域連携事業

第2期 2025年8月～2025年10月

@
文京区

@
日野市

@
国分寺市



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を対象に、

当事者会を開催します。

ひきこもり状態にあったり、生きづらさを抱えて「こんな状態にあるのは自分だけではないか」「なんとかきっかけをつかみたい」と思っている女性が集い、ひきこもりの体験談を聞いたり交流をしたりする場です。年齢を区切らず、女性だけで安心して集まり「ひとりではない」と思える場を一緒に作りたいと思っています。

年齢や性別問わず、「ひきこもり」に関心がある方同士で交流する場 ➤ つながる待合室も同時開催！

主催 | 国立市、武蔵野市、東大和市、日野市、昭島市、国分寺市、文京区、豊島区、杉並区、新宿区（広域連携事業）

協力 | （社福）調布市社会福祉協議会、（社福）国立市社会福祉協議会、（社福）清瀬市社会福祉協議会

運営 | 一般社団法人ひきこもりUX会議



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 文京区 文京区民センター 3階 3-C会議室 [定員]40名
日野市 日野市立平山交流センター 2階 集会室1 [定員]30名
国分寺市 cocobunji プラザ リオンホールB [定員]80名

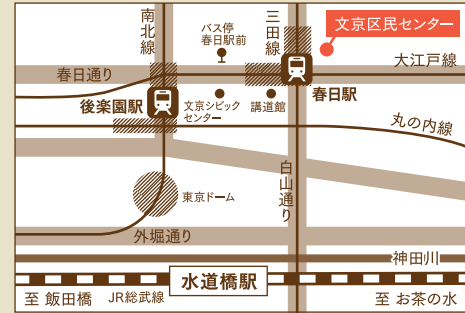
文京区

開催日 2025年 8月 8日[金]

会 場 文京区民センター 3階
3-A会議室 (文京区本郷4-15-14)

[都営三田線・大江戸線「春日駅」A2出口より徒歩約2分/東京メトロ丸ノ内線「後楽園駅」4b出口より徒歩約5分/東京メトロ南北線「後楽園駅」6番出口より徒歩約5分/JR総武線「水道橋駅」東口より徒歩約15分]

定 員 80名



日野市

開催日 2025年 9月 25日[木]

会 場 日野市立平山交流センター 3階
大ホール (日野市平山5-18-2)

[京王線「平山城址公園駅」より徒歩約1分]

定 員 60名



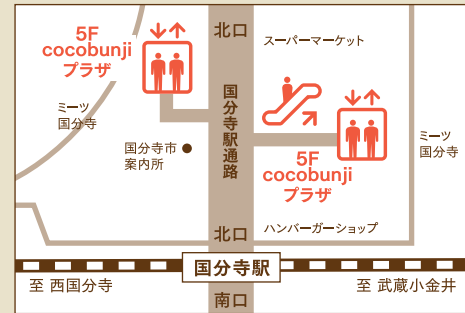
国分寺市

開催日 2025年 10月 23日[木]

会 場 cocobunji プラザ
リオンホールA (国分寺市本町3-1-1cocobunji WEST 5階)

[JR中央線・西武国分寺線「国分寺駅」北口直結]

定 員 80名



一時保育について

一時保育ができる会場もあります。保育が必要かどうかは日程が近づかないと判断ができない、という方もまずはお気軽にご連絡ください。お問い合わせ・お申込の際は「ひきこもりUX女子会一時保育について」とお申し付けください。

日野市

対象日 | 2025年9月25日[木] 対 象 | 6か月以上の未就学児 締 切 | 2025年9月16日[月] ※前日までキャンセル可
申 込 | 要申込・無料 定 員 | 3名(先着) 申込先 | 健康福祉部 セーフティネットコールセンター ☎042-514-8542