

令和7年度保健所保健予防課の取り組みについて①

【当事者を対象とした取り組み】

①ひだまりん

②い～ばしょ横須賀

(神奈川県と共催 6月25日実施済)

③舞台芸術活用ワークショップ

(神奈川県と共催)

日時 令和8年2月10日(火)

場所 横須賀市保健所 第1研修室

内容

ひきこもり・不登校等社会生活を円滑に営む上での困難を有する方を対象に、舞台芸術の表現方法を活用したワークショップを実施することで、コミュニケーション能力の向上を図る

【家族等を対象とした取り組み】

①すずらんの会

②ひきこもる家族を持つ親きょうだいの集い

(神奈川県と共催)

日時 令和8年1月20日(火) 14:00～16:00

会場 横須賀市保健所 第1研修室

ひきこもっている家族がいるけれど、
どう接したらよいかわからない。
相談機関に通っているけれど、
状況が一向に変わらない。
そうした悩みを家族だけで
抱え込んでいませんか？

同じ立場の皆さんと語り合うことで
分かち合い、一緒に考えます。



令和7年度保健所保健予防課の取り組みについて②

【ひきこもり状態のある方も参加できる取り組み】

リカバリーカレッジヨコスカ

(市民協働補助金事業)

こころの健康づくり教室として8月19日(火)に実施。47名参加
今後、その模様をYouTube配信。

主催 NPO法人あかり

対象 16歳以上の横須賀市在住、在勤、在学の人

料金 1講座 500円

コース 前期・後期 それぞれ日曜・木曜コース 3学期制

前期	日曜コース	1学期10名	2学期10名	3学期10名
	木曜コース	1学期10名	2学期10名	3学期10名

後期	日曜コース	1学期10名	2学期10名	3学期10名
	木曜コース	1学期10名	2学期10名	3学期10名

①電話・メールで申込 ➡ ②面談 ➡ ③受講決定



リカバリーカレッジヨコスカは、
ストレスや人間関係など、心の健康
に対して困難さを経験したときに、
今の状況やプロセスはひとまず置いて、
「心が元気になり人生を楽しむ
ために共に学び合う場」です。

心の元気をなくしていませんか？

人づきあいが
苦手かも

元気が出ない
なあ・・・



自分に自信が
ない・・・

リカバリーカレッジ
は、心を元気にする
学び合いの場です



令和7年度保健所保健予防課の取り組みについて③

【講演会】

①ひきこもり講演会（家族・支援者向け）

日時 令和8年予定

場所 保健所

講師 神奈川beフレンド、若者サポートステーションとコラボ企画

内容：ひきこもり経験者からのひきこもり時代をどう過ごしてきたかのお話、
若者サポートステーションのひきこもり支援への取り組み

②ひきこもり講演会（市民向け）

日時 令和8年1月14日（水）14:00～16:00

会場 保健所第1研修室

定員 60名

講師 増田 貴久氏（精神保健福祉士・公認心理士）

内容：

不登校経験者としてひきこもり時代をどう過ごしてきたか。
ゲームが本人の精神的な居場所となっていた。



増田 貴久氏