

ひきこもる気持ちを理解する

～体験から伝えたいメッセージ～

令和8年12月2日(水)13:30～16:00 (開場13:00)

対象：ひきこもりについて関心のある市民の方

定員：150名程度

会場：浜北文化センター 3F 大会議室

講師 宮武 将大 氏 (一般社団法人hito.toco 代表)



一般社団法人hito.toco (ヒトトコ) 代表理事

香川県生まれ。小学6年生の時に不登校となり、そのまま20歳までひきこもり生活を送る。家族の関わりや働くことをきっかけに社会とのつながりを取り戻し、人との出会いやさまざまな経験を重ねながら少しずつ社会復帰していく。

働く傍ら、自助グループや不登校・ひきこもり支援の活動に関わり、2016年に法人を設立。現在は、不登校やひきこもり、働くことに悩む人などを対象に、相談支援や就労支援、社会とのつながりをつくる参加支援、居場所づくり、家族支援などに取り組んでいる。自身の経験と支援者としての立場の両方から、「人と社会を心でつなぐ」ことを目指して活動している。

—講演会—

13:30 開会・挨拶

13:40 講演(90分)

15:10 休憩

15:20 事業説明

(浜松市ひきこもり地域支援センター)

15:35 質疑応答

16:00 閉会

参加費：無料
お申し込みは裏面へ

申込方法

QRコードまたは、
下記URLからお申し込みください。

お申込みURL <https://npo-e-jan.com/kodama/>
検索ワード 『ひきこもり こだま』

※インターネットでのお申し込みが難しい方は、
お電話でも受け付けております。

TEL 053-453-8744 (平日のみ9:00～18:00)



申込期日

令和8年10月13日（火） 9:00～ 定員150名程度に達し次第 締め切り

会場

浜北文化センター 本館3階 大会議室
(浜松市浜北区貴布弥291-1)

〈電車〉 遠州鉄道浜北駅から徒歩約5分

〈バス〉 「貴布弥」バス停から徒歩約3分
「浜北駅」バス停から徒歩約4分

〈車〉 駐車場は駐車場は右の地図 1P～5Pです。
集客の多い催物が重なった場合、満車になることがあります。なるべく公共交通機関をご利用いただくか、乗り合わせでお越しくださいますようお願いいたします。



主催：浜松市

お問い合わせ・事務局：ひきこもりサポートセンターこだま

〒430-0929 浜松市中央区中央1丁目13-3ウィステリアE-one3F浜松市コミュニティプラザ内

TEL：053-453-8744 FAX:053-453-8745

浜松市ひきこもり地域支援センターは、浜松市精神保健福祉センター(市)と、ひきこもりサポートセンターこだま(委託先：NPO法人遠州精神保健福祉をすすめる市民の会)とが官民協働で運営しています。