

2025(令和7)年度 目黒区

めぐろのいばしょ、始まるそうです

めぐろのいばしょ

ちょっと行ってみよ

「めぐろのいばしょ」は、ひきこもりや生きづらさを感じるかたが、想いを分かち合い、情報を交換し合える場として、本年度より始まりました。同じ悩みや辛さをもつ仲間と出会ったり、ひとりでゆっくりできたりする「居場所」です。
途中入室・退室OK。会場入口で「受付票」を書いていただきますが、ニックネーム(匿名)でも大丈夫です。スタッフはピアサポーター(経験者や家族など)です。
無料で利用できる相談コーナーは各分野の専門家が担当します。

【日時】 第4火曜日 と 第4日曜日 の隔月交互開催

午後1時30分～午後4時30分

【会場】 目黒区総合庁舎 本館

※開催日・開催場所の詳細は、裏面をご覧ください。

【対象】 ひきこもりや生きづらさを感じているかた

* 目黒区在住を問いません

【費用】 無料 (相談コーナーも無料)

【申込】 当日会場までお越しください。事前申込や、予約は不要です。

【相談】 居場所の開催と同時に、参加者のための「相談コーナー」を設けております。

各回担当相談員の専門分野に関する相談だけでなく、

「話を聞いてほしい」などでも大丈夫です。

相談コーナー利用は当事者や経験者を対象としていますが、
本人の家族や支援者等も同席できます。

各回の相談員については、裏面をご覧ください。



目黒区総合庁舎

【住所】

目黒区上目黒2-19-15

【最寄り駅】

東急東横線・東京メトロ日比谷線
中目黒駅下車5分

令和7年度 目黒区 ひきこもり・生きづらさ 居場所



2025(令和7)年4月～9月の予定

プログラムと相談員は都合により変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

開催日 開催場所	プログラム  わくわく♪	相談コーナー担当者
4月22日(火) 2階 A・B会議室	カードを使って自分の魅力探し	公認心理師(女性) 
5月25日(日) 1階 D・E会議室	フリートーク 	F P・キャリア カウンセラー(男性)
6月24日(火) 2階 A・B会議室	ボードゲーム・カードゲームを 楽しみながらフリートーク	社会福祉士・ ピアサポーター(女性)
7月27日(日) 2階 A・B会議室 	みんなで皿回しと お手玉に挑戦！	医師(発達・精神領域) (女性)
8月26日(火) 地下 第18・19会議室 	「働く」を語る (ゲストをお招きして、 働くことについて語っていただきます)	公認心理師(女性)
9月28日(日) 1階 D・E会議室	アロマテラピー ～香りを知り、私を知る～	社会保険労務士(男性)



*参加するのは難しいと感じたときのために、ゆっくりすごすスペースも準備しております。

目黒区委託事業 (当事業は目黒区からの委託を受けて楽の会リーラが行っています。)

特定非営利活動法人 楽の会リーラ(らくのかいリーラ)

【楽の会リーラ事務局】 Email → info@rakukai.com

TEL → 03-5944-5730 (電話受付は毎週水曜、金曜の午後1時～午後5時)

楽の会リーラwebサイト → <https://rakukai.com/>

※右記の2次元コードからwebサイトに行けます→

