

# ふらっぷだより

## 第34号



発行日：2026年5月21日

発行元：宇都宮市青少年自立支援センター

問合せ：028-635-5834

宇都宮市青少年自立支援センター「ふらっぷ」では、「生きづらさを抱える若者と家族のための講座」を下の日程で実施します。ご興味のある講座がありましたら、ぜひご参加ください。

### 生きづらさを抱える若者と家族のための講座

参加無料  
要予約

No.	開催日時	内容	場 所
1	6月28日(日) 午前10時～正午	ひきこもりからの第一歩を 踏み出す活動支援について	中央生涯学習センター 601大ホール(定員30名)
2	8月30日(日) 午前10時～正午	不登校の子どもへの寄り添 い方について	中央生涯学習センター 601大ホール(定員30名)
3	10月21日(水) 午後2時～4時	ハローワークの専門援助を 活用した就労支援	中央生涯学習センター 405学習室(定員30名)

※このほか、12月、令和9年2月にも講座を予定しております。  
詳細については、11月頃、市ホームページに掲載予定です。

#### <お申込み方法>

市HP(右のQRコード)から専用申し込みフォーム、  
または電話(Tel 028-635-5834)へ。



市HP

宇都宮市青少年自立支援センターふらっぷ

ご相談はこちらまで・・・

みないこ



◇相談専用電話 028-633-3715

◇相談時間 月曜～金曜 午前9時～午後5時  
(祝休日・年末年始は除く)

◇所在地 中央1丁目1番13号  
中央生涯学習センター4階

※ 無料，秘密厳守

## ふらっぴの相談・支援

ふらっぴでは、若者（15～39歳）やそのご家族からのご相談に応じて、専門の相談員が一人ひとりのペースに合わせて自律をサポートします。

### <個別相談>

相談員が個別に丁寧にお話を伺い、今後について一緒に考えます。



※家族のみの相談も受け付けています。

### <プログラム>

#### （若者自立支援ステップアップ事業）

個別相談をもとに、一人ひとりの希望や状況に合わせて、経験を広げたり、自信を回復するためのプログラムに参加することができます。



料理



パソコン講座



アート体験

### <ひきこもり本人・家族のための居場所>

（運営：NPO 法人とちぎベリー会）

	対象者	場所	開所日時	参加費
<b>カフェ「苺屋」</b>	ひきこもり当事者・その家族	昭和2-3-5 (とちぎテレビ西側)	・毎週火・木曜日 午後2時～5時 ・毎週土曜日 午後1時～4時	当事者：100円 家族：500円
<b>宇都宮の居場所</b>		元今泉5-9-7 まちづくりセンター 研修室C	・毎月第1水曜日 午後1時30分～4時	当事者：無料 家族：500円
<b>女の子の会</b>	女性のひきこもり当事者	昭和2-3-5 (とちぎテレビ西側)	・年3回 次回は7月5日(日)午後1時30分～4時です	当事者：無料
<b>茶話会</b> 〔ご家族のための交流会〕	ひきこもり当事者の家族	元今泉5-9-7 まちづくりセンター 研修室C	・毎月第2土曜日 午前9時30分～正午	家族：500円

問合せ先：カフェ「苺屋」028-627-6200（火・木 午後2時～5時／土 午後1時～4時）

## 7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」です！

毎年7月の「青少年の非行・被害防止全国強調月間」に合わせ、青少年の非行・被害を防ぐために啓発活動を実施しています！

**犯罪被害に巻き込まれる子どもたちが増えています！**

下記QRコードにて中高生向け防犯・非行防止啓発動画を配信しています。

**STOP! 闇バイト**



**清く正しくSNS**



**マジで信じる? DRUG 都市伝説**

