＼＼子ども・若者支援情報メルマガ　Vol.120 2026.10月号 ／／

支援情報等のお知らせ

○　子ども・若者支援協議会からのお知らせ
１　群馬県子ども若者総合相談センター「あすのわ」を開設しました
２　群馬県孤独・孤立対策推進事業「つながりサポーター養成講座」
３　【参加者募集】MIRAI DESIGN 2026

○　自立支援に関するイベント等の情報
４　ひきこもり家族教室『ひきこもり』とは
５　前橋市　ひきこもり家族の教室
６　安中市　ひきこもりＵＸ会議
７　県消費生活センター「子ども・若者向け支援情報シリーズ６１」

○　民間活動団体等の紹介
８　伊勢崎市市民活動団体　ラフ・メイカー いせさき
９　伊勢崎市　まちなかユーススペース「くれは」

○　メルマガ配信元変更のお知らせ
10　メルマガは「群馬県子ども若者総合相談センター」から配信

１　群馬県子ども若者総合相談センター「あすのわ」を開設しました！

群馬県では、学校・家庭・仕事・人間関係など、子ども・若者やご家族のあらゆる悩みを受け止め、適切な支援につなぐ総合相談窓口として、「群馬県子ども・若者総合相談センター」を前橋市の群馬県社会福祉総合センター内に開設しました。

相談センターの愛称は、公募により選ばれた「あすのわ」です。未来を表す「明日（あす）」と、人と人とのつながり・支援の「輪（わ）」を組み合わせたものです。悩みを抱える子どもや若者が、安心して相談でき、支援の輪が広がる場所になれば、という思いを表現しています。

「あすのわ」の３つの機能

■　相談を受け止める

おおむね15歳から39歳までの子ども・若者や保護者からのあらゆる相談に対応します。

学校や家庭、進学や就職における悩みや人間関係など、幅広く多様な相談に対して、一人ひとりの状況に応じて丁寧に対応します。

■　支援につなぐ

相談内容に応じて、教育、福祉、医療、就労支援など、さまざまな分野の関係機関や民間団体につなぐ役割を担います。

相談者からの悩みや課題の解決に向けて、相談者と専門機関との橋渡しを行います。

■　連携して支える

関係機関や民間団体との連携を図るハブ（拠点）としての役割を担い、切れ目のない総合的な支援をコーディネートします。

また、関係者がそれぞれの専門性や強みを生かしながら協働できる支援体制の構築を進めます。

【相談窓口】

電話　027-212-1200
時間　毎週火～土曜（祝日・年末を除く）　10時～17時
メール相談　asunowa@g-shakyo.or.jp　（仮）
LINE相談　@751dywsg
面談　相談員と面談で相談できます　※予約制（オンライン可）

【県ホームページ】
https://www.pref.gunma.jp/site/houdou/774994.html

２ 10/24 群馬県孤独・孤立対策推進事業「つながりサポーター養成講座」

群馬県孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム事務局(群馬県社会福祉協議会）では、人生のあらゆる段階で誰にでも起こり得る「孤独・孤立」の問題について知識を身につけ、身の回りの人に関心をもち、できる範囲で困っている人をサポートする人材を養成しています。
渋川市での開催では、同日開催される「つながるフェスティバル（主催：渋川市社会福祉協議会）」とのタイアップにより開催します。

【養成講座】
日時：令和8年10月24日（土） 11:00～12:30
会場：渋川市子持福祉会館（渋川市吹屋658-20）
※つながるフェスティバル会場内
内容：つながりサポーター養成講座（専用テキストを配布します）

注）つなサポ講座の申込URL
➡ https://forms.gle/nzZjptd6a88brUoY6

■ 群馬県 孤独・孤立支援ポータルサイト
https://kodoku-koritsu.gunma.jp/

■ つながるフェスティバル
https://shibukawa-csw.or.jp/pages/296/

３ 12/5【参加者募集】MIRAI DESIGN 2026 ～100人の人生をきっかけに、自分の未来を描く～

群馬県では高校生、大学生世代を対象に、進学や就職と、その少し先にある結婚や出産・子育てなどを含めた人生を考えるライフデザインワークショップ【MIRAI DESIGN 2026】を開催します。

MIRAI DESIGN 2026は、進路や就活で悩んでいる世代にピッタリのライフデザインワークショップです。
社会人とのトークセッションや同世代とのグループワークを通して、多様な価値観や選択肢を知り、希望する将来への第一歩を踏み出しませんか？

【概要】
日時　令和8年12月5日(土) 10時～16時半
場所　群馬県庁 32階NETSUGEN、31階GINGHAM
対象　県内在住、在学、出身の高校生世代・大学生世代
定員　20名（先着順）
詳細・申込み
県ポータルサイト「ぐんまスマイルライフ」から詳細を確認の上、専用フォームから11/24までに申し込みください。
⇒ https://smilelife.pref.gunma.jp/news/27232/

【問い合わせ先】
群馬県生活こども課政策推進室
電話　027-226-2392／027-898-2725
メール　kodomo-mirai@pref.gunma.lg.jp

４ 10/27 ひきこもり家族教室『ひきこもり』とは

ひきこもり支援センター（県こころの健康センター内）では、ひきこもりに悩んでいるご家族を対象に家族教室を開催しています。

ひきこもりに関する知識や情報、ちょっとした声かけの工夫などを学ぶことで、ご家族自身の気持ちにゆとりが生まれ、本人との関係性が変化していきます。

【参加者の声】
「皆さんのお話から元気をいただけた」
「工夫できるところが見つかった」
「気持ちに余裕が持てるようになった」
「選択肢が広がった」 etc...

■教室の内容はCRAFT（認知行動療法）を参考にしています。
「家族の気持ちの安定が、本人の気持ちにも影響を与え、本人の状態が良くなる」という研究結果があります。

■初めての方は個別の相談をお受けした後に、必要に応じて教室をご案内しています。参加をご希望される場合は、下記連絡先までご連絡ください。

■家族教室で使用するテキストは県ホームページに掲載しています。
こちらからダウンロードしてください。
https://www.pref.gunma.jp/page/632294.html

【１０月の家族教室】
教　室：10月27日（火）　第４火曜日　13:30～16:00
内　容：『ひきこもり』とは
前　半：家族教室　13:30～15:00（受付13:00）
後　半：家族の居場所 15:00～16:00（受付14:30）
◆ご家族同士で感想等をお話しする時間です。
◆前半「家族教室」に参加したことのある方は、後半「家族の居場所」のみの参加も可能です。
会　場：群馬県こころの健康センター（前橋市野中町３６８）
連絡先：ひきこもり支援センター
専用ダイヤル　027-287-1121
月～金 9:00～17:00 （ 祝日・年末年始は除く ）
※電話が集中した場合つながりにくいことがあります。

■支援者の方の参加もお待ちしております。
※支援者の方は 027-263-1166 へお願いします。

５ 10/20 前橋市　ひきこもり家族の教室
～ひきこもり当事者・家族・支援者が学ぶオープンダイアローグ～

前橋市保健所では、ひきこもりの家族教室の一環で、オープンダイアローグという対話手法を用いて、ひきこもりの当事者と身近な人のより良いコミュニケーションについて学ぶ講演会を開催します。

オープンダイアローグとは、1980年代にフィンランドの病院で統合失調症の急性期治療として開発された精神医療の手法で、現在ではうつ病、自殺念慮、家族危機、若年層の精神的困難など幅広い領域に応用されています。
講演会の前半では、講義による解説と参加者全員の自己紹介を行います。後半では、発言したい当事者や家族、支援者等が円形に座って対等な立場で自由に意見交換を行います。そのやり取りを聞いている周りの参加者が、次々に入れ替わりながら対話を繰り返していきます。
そのような形式で「オープンダイアローグ」を学び、「対話」を体験する事ができます。

【概要】
演題「まざり合わずにつながる対話
～ひきこもり当事者・家族・支援者が学ぶオープンダイアローグ～」
講師　心理臨床オフィスえんノート代表　畠山正文　氏
臨床心理オフィスダイアローグ・ラボぐんま統括　坪田裕佳　氏
高崎健康福祉大学講師　白鳥浩丈　氏

日時　令和８年１０月２０日（火）午前１０時００分～正午１２時００分
場所　前橋市夜間休日診療所（まえばし医療センター）２階　会議室
対象　ひきこもりの当事者や家族、支援者など
定員　先着５０名
申込　令和８年１０月１６日（金）までに
　　チラシ掲載のQRコードから申込み
　　（難しい場合には当課への電話申込みも可能）

＊詳細は、こちらをご覧ください。
https://www.city.maebashi.gunma.jp/soshiki/kenko/hokenyobo/oshirase/50914.html

【問い合わせ先】
前橋市健康部 保健予防課 こころの健康係
前橋市朝日町三丁目36番17号（保健所1階）
電話：027-220-5787

６　11/12 安中市　ひきこもりＵＸ会議 ～ひきこもり体験談を聞き、対話交流をするイベント～

安中市では一般社団法人「ひきこもりUX会議」と協力して、「ひきこもりＵＸラウンジin群馬・安中」を開催します。
ひきこもり当事者や家族、支援者関係者同士がリラックスして出会い、ひきこもり体験談を聞き対話交流をするイベントとして県内広く呼びかけています。

【ひきこもりＵＸ　ラウンジ　in群馬・安中】
ずっとひきこもっていてどうしたらいいのかわからない、身近な人が「ひきこもり」で心配だけど、どのように接したら良いのかわからないなど、「ひきこもり」について正解が見えず悩んでいる人は少なくありません。とはいえ、むずかしい顔をして向き合うばかりでは、不安や深刻さが際立ってしまったり、ポジティブなイメージやアイデアが浮かびにくいものです。

このイベントでは、「ひきこもり」の当事者同士、ご家族同士、支援者同士が出会い、自分の思いを話してみたり、ほかの人の話を聞いたりして交流をします。外から見えずらい当事者の思いを聞いたり、似たような状況にある人と話をすることで、気持ちに少しだけ変化が訪れるかもしれません。

日時：2026年11月12日（木）
　　午後1時30分～4時30分　（開場　午後1時10分）
場所：松井田文化会館
　　参加費：無料・申込不要（当日、直接会場にお越しください）
内容：第１部：当事者体験談（誰でも聴講可能）
　　第２部：ひきこもり当事者会（性別問わず当事者向け）
　　ひきこもり女子会（女性当事者向け）
　　つながる待合室（家族、支援者向け）

注）詳細はこちらをご覧ください
https://www.city.annaka.lg.jp/page/30689.html

【問い合わせ先】
安中市 保健福祉部 福祉課 くらし相談係
電話：027-382-1111（内線１194）

７　群馬県消費生活センター「子ども・若者向け支援情報シリーズ６１」 利用していないサブスクの契約はありませんか？

サブスク（サブスクリプションの略）とは、定額料金で商品やサービスを一定期間利用できる仕組みのことです。動画、音楽、電子書籍などの配信サービスをはじめ、食品、洋服、自動車など様々な商品やサービスをサブスク契約により利用することができます。支払い方法も、クレ

ジットカード払いや携帯電話のキャリア決済などから選択でき、手軽に利用できるものが多いです。
　とても便利なサービスである反面、利用しなくなっても解約せず放置したため、その後も料金が発生してしまうケースもありますので注意しましょう。

【相談事例】
・高校生の息子が中学生のときに、音楽のサブスクを申し込み、その後利用していないのに毎月2千円を3年間も支払っていた。
　携帯電話の料金と一緒だったので気づかなかった。

【こんなことに気をつけましょう】
・キャリア決済やクレジットカード等の明細は毎月確認し、利用中のサブスク契約の請求を把握しましょう。
・はじめは無料であっても、自動的に定額サービスに移行し支払いが続くことになります。申込み前に最終確認画面等で、有料プランへの移行時期や価格、解約方法などを確認しましょう。
・利用しなくなったサービスは確実に解約できていることを確認しましょう。アプリを端末からアンインストールするだけでは解約はできませんので注意してください。

★こまったら、まず相談！！
　消費者ホットライン「１８８（いやや）」
※最寄りの消費生活センターを案内する全国共通３桁の電話番号です

《お問い合わせ》
　群馬県消費生活センター　０２７－２２３－３００１
　https://www.pref.gunma.jp/page/8392.html

８　民間活動団体等　伊勢崎市市民活動団体　ラフ・メイカー いせさき
～不登校・グレーゾーン、学校に苦手意識のお子さんの保護者支援～

　ラフ・メイカー いせさきは、伊勢崎市で不登校・発達相談を行っているボランティア団体です。
　「街の通級」をテーマに、これまで、発達や吃音、学校などの集団生活学校に苦手意識を持つ子どもと保護者を対象に、専門職による個別相談（家庭での対応）、関係機関の情報提供、親のお話会、こどものためのプレイセラピーを伊勢崎市赤石楽舎で行ってきました。

子どもの会・親の会を毎月開催しています。
【活動日】毎月第3日曜日14時～16時
【予約制】ご予約、詳細はこちらメールフォームから↓
　　ws.formzu.net/fgen/S38725816

【活動の様子】
https://www.instagram.com/laughmaker_isesaki?igsh=MmRhMDh4YzYwY2t1

　ラフ・メイカーの活動拠点がある深谷市では、不登校やひきこもりをはじめ様々な悩みや不安を抱えるこどもや若者を支援する団体等で組織する「深谷市不登校支援ネットワーク」が、支援機関や相談窓口、居場所などをまとめた「ふっかちゃんこども若者支援マップ」を作成しています。支援マップには、深谷市に隣接する伊勢崎市や太田市の情報も掲載されています。

　深谷市の「こども若者 サポートサイト」はこちらをご覧ください
　⇒　https://fukaya-network.com/

９　民間活動団体等　伊勢崎市　まちなかユーススペース「くれは」

　「くれは」は、家でも学校でもない、若者の“第３の居場所”としてスタートしました。2024年8月に、当時伊勢崎市地域おこし協力隊員だった皆瀬（かいせ）氏が立ち上げた若者の居場所です。

若者たちが求めている「放課後の居場所」を創ること、そして「街なかのにぎわい」を再生することを目標に設立されました。
JR伊勢崎駅半径3キロ圏内には5つの高校がありますが、放課後に立ち寄れる場所が少なく、試験勉強などを満足に行えないと悩む学生が多いです。一方、中心商店街は人通りが少なく、空き店舗も増えてしまっています。
この「若者」と「街なか」両者のニーズに応えるため、商店街の店舗をお借りして「ISESAKIまちなかユーススペース くれは」を立ち上げました。

毎週水・木曜日15:00～20:00に開き、学生は無料で利用することができます。「ジュースやお菓子でひと休みしながら、勉強もOK、雑談もOK、ゲームもパーティーもOK！ゆるくつながって、新しい仲間がきっと見つかる！」と利用を呼びかけています。現在は大人のボランティア4名、学生ボランティア6名が運営を担当しています。

【ユーススペースの運営方針】
・安心できる居場所
　中高大学生、他校生、地域の大人が対等な立場で集まれる。
　何をしても、何もしなくてもOK、自分らしくしていられる場所。
・「やりたい」ことを実現する場所
　元協力隊とボランティアが若者の「やってみたい」を全力でサポート！
　若者の成長と自信へつなげる。
・若者とまちをつなぐ拠点
　若者の「やってみたい」と地域をつなぎ、新しいつながりを創る。

若者たちの「やってみたい」ことを実現するために、企画書の作成から企画の実現、その後の報告に至るまで伴走支援を行います。

【まちなかキャリアカフェ】
若者たちのキャリア形成の応援で社会人講座を実施しています。
・「やりたい！」のきっかけづくり
・将来キャリアの参考
・地域企業と若者のつながりづくり

学生に今知ってほしいことを専門分野の大人が教える講座で、実績は、2025年11月から月1回で開催、これまでに11回開催し、各回平均15人の若者が参加しています。講座をきっかけに地元企業への就職を志した学生もいます。

「くれは」活動の詳細はこちらをご覧ください。
https://www.instagram.com/isesaki.youthcenter/

10 メルマガは「群馬県子ども若者総合相談センター」から配信します

群馬県子ども若者総合相談センターの開設に伴い「群馬県子ども・若者支援協議会」事務局を群馬県社会福祉協議会権利擁護・子ども若者支援課が担当します。
このため、「子ども・若者支援情報メルマガ」が11月号から配信元が変更されます。掲載情報等を含めて配信スタイルが新たな形になります。
また、様々な支援情報の提供を随時募集することになりました。問い合わせ先を含めて下記まで連絡ください。

【問い合わせ・連絡先】
（社会福祉法人）群馬県社会福祉協議会権利擁護・子ども若者支援課
〒371-8525　前橋市新前橋町13-12群馬県社会福祉総合センター内
TEL：027-255-6111
メール：kenri-kowaka@g-shakyo.or.jp

2026年11月号は「群馬県子ども若者総合相談センター」から配信します。
本メルマガを、皆様の周りの方にも周知いただければ幸いです。
また、子ども・若者支援に関する情報等の提供もお待ちしています。

メルマガを新規で受信希望する方は、「所属・氏名・メールアドレス」を『kenri-kowaka@g-shakyo.or.jp』までお送り下さい。

群馬県子ども・若者支援協議会

▼ 事務局　群馬県前橋市大手町１－１－１　群馬県生活こども部
私学・青少年課内（県庁舎　１２階南フロア）
▼ ＴＥＬ　０２７－８９８－３５５７
▼ e-mail　kowaka-shien@pref.gunma.lg.jp
▼ ＨＰ　https://www.pref.gunma.jp/soshiki/50/#sp_headline_3
県HP「子ども・若者への支援」