

ひきこもりアノニマス（HA）八王子グループ

盆地の中心に堂々誕生！！

東京都の西のかなめ、四方を山に囲まれた盆地都市・八王子。この地にこのたび、ひきこもりアノニマス・八王子グループが誕生する運びとなりました。山ふところに抱かれ、安易に他を寄せつけない盆地気質は、まさにひきこもるには最適の環境。しかしまた、外の荒波から守られたこの風土が、ひきこもり話を分かち合い、きずなを深めるに、最良の地となること請け合いです。

東西を中央線が貫き、北に八高線、南に横浜線&相模線、斜めに食い込む京王線と、さまざまな路線が交わり、ドラマを織りなす八王子。その盆地底の最深部から、一人一人の存在を尊重し合い、認め合える居場所を作ってまいりましょう！

Q&A

ひきこもりアノニマスとは？

ひきこもりの人（あるいは、かつてひきこもりだった人）たちのための自助グループです。ひきこもりのつらさ、苦しさ、あるいは、ひきこもりになったからこそ味わえた、人生の深みや喜びを分かち合い、きずなを深める仲間の集いです。軸となる回復プログラムとして、『ひきこもりアノニマスの12ステップ』をミーティングに採用しています（※HAは、特定の宗教、政治などのいかなる団体や理念とも無関係です）。

ミーティングでは、それぞれの日々の悩みや、ステップワークの経験などが自由に分かち合われます。分かち合いは、「言いつばなし・聞きつばなし」という形式で行います。一人一人が順番に話をしていき、ほかの人の発言にこたえたり、意見や感想はご遠慮ください。話をしたくないときは、パスと言って頂ければ結構です。

参加するためには？

事前予約など、全く不要です。開催時間に、身体ひとつで会場に来ていただければ、喜んで歓迎いたします（途中入退出もOK）。ただし、当事者の自助グループのため、第1週と第3週は、ひきこもり当事者のみが参加可能なクローズド・ミーティングです（自分ひきこもりである、あるいは、かつてひきこもりだったと「自認」しているのであれば誰でもメンバーになることができます）。

第5週は、どなたでも参加可能なオープン・ミーティングです。

費用などは？

全くかかりません。使用するテキストなども貸し出ししています。ただし、当事者で自主的に運営している自助グループなので、可能な範囲内で献金をしていただければ幸いです(献金は会場費、備品の経費等に充てるために使用されます)。

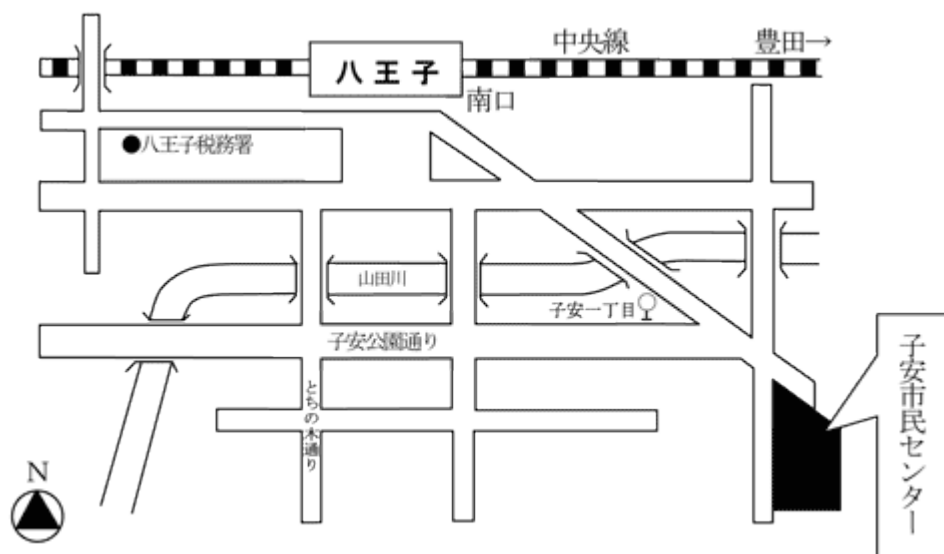
開催日時

毎月奇数週(奇数番目)の月曜日

第1月曜日	19:30～21:00	ステップ・ミーティング	[クローズド]
第3月曜日	18:00～19:20	伝統・ミーティング	[クローズド]
	19:30～21:00	ステップ・ミーティング	[クローズド]
第5月曜日	18:00～19:20	スピーカー・ミーティング	[オープン]
	19:30～21:00	ステップ・ミーティング	[オープン]

会場場所

- ◆ 八王子市・子安市民センター (部屋は入口のホワイトボードでご確認ください)



- JR八王子駅南口より徒歩 10 分。京王八王子駅より徒歩 10 分。