

なりたい ジブンから はじめよう

「なりたい自分」でも「うまくいかない自分」でも「どのようなあなた」でもかまいません。
まずはオンライン居場所にアクセスすることから始めてみませんか？

オンライン居場所 「ここにいるよ。」 - kokoiru -

自分らしく生きられる。居場所は見つかる。



■開催予定日

第1・2・3・4水曜日 14:00~20:00

■対象

仙台市にお住まいの
ひきこもりの方や対面での
コミュニケーションに不安があり、
オンライン上での支援を希望する方、
またそのご家族。

■参加費

無料

■ご利用方法

- ①ここいるHPからお申し込み
- ②oViceに登録して入室する

※詳細はHPをご覧ください。
※キャリアメールはoViceからの招待メール等が
届かない場合がございます。
その場合は、お手数ですが、GmailやYahoo!等、
他のフリーメールをご利用ください。

申込・問合せ
はこちら



ここいるHP

興味や楽しみを共有する居場所としてオンライン上で交流することができます。
漠然とした不安やもやもやした悩みもご相談していただけます。

仙台市からの委託を受けて、社会福祉法人わたげ福祉会、仙台テレビ・ド・ジュ研究会が共同で運営しています。

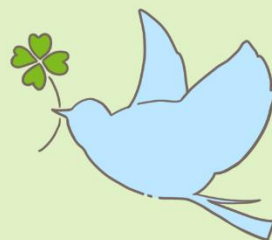
■オンライン居場所「ここにいるよ。」とは

- k o k o i r u -

「ここにいるよ。」は、同じ悩みを持つ人との交流や専門職との相談ができるオンラインの居場所です。仲間づくりや社会につながるきっかけとなるような多様なプログラムを用意しております。

『何もしなくてもいい。頑張らなくていい。
ただその場にいてつながりを感じてほしい。』

私たちスタッフは、このような気持ちで、皆さまのご参加をお待ちしております。



■支援内容

- ・交流できるフリースペース
- ・専門職による個別相談
- ・多種多様なプログラム
- ・他機関への紹介・連携

■特徴

- ・匿名での参加が可能
- ・顔は出さなくても大丈夫
- ・見る、聞くだけの参加も可能

■場所

オンライン空間oVice



■プログラム例

年代別など、いくつかのグループをご用意。

お互いの悩みの共有や、情報交換、今後の目標が見つかるような空間を目指します。

「けやきの会」



一緒に食事をしながら会話をしむ時間。

他人の会話を聴きながら食事をしむ時間。

一緒にディナー



協力し合い1つの作品を生み出す体験を。

仲間意識を高め達成感を。

みんなで声優タイム



みなさんの「推し」を語ってください。
みなさんの「推し」を熱く語ってください。

プレゼンをする人、聴く人、様々な参加スタイル。

「推し」タイムカフェ



ラジオ番組のような進行でのキーボード演奏、リアクションマークを使ったリズム遊びなど

音楽を楽しむ時間

ここいるWave



『サポーター（講師）』との出会い。
対面支援へつながる一歩。

「誰でも専門家。いずれあなたも専門家。」

Link&Tie
「リンクあんどタイ」

