

朝起きられない
体が動かない

学校の話は
したくない
つらい



このまま外へ
出られなくなったら
どうしよう



頭痛、腹痛など
元気がない
心も体も心配

どうして学校へ
行けなくなったか
わからない

みんなと
同じように
できない



保護者や子どもの 居場所(活動)案内

学校へ行けなくなると、子どもも保護者も
様々な悩みを抱えながら毎日を過ごしている
のではないのでしょうか？

1人で抱え込まず一緒に考えていきましょう。 **親** ...親が対象 **子** ...子どもが対象

名称	場所・日時・内容・連絡先
みたか親の会 親	場所 みたかボランティアセンター(三鷹市上連雀8-3-10) 日時 毎月第2水曜日 10時~12時 内容 不登校やひきこもりで悩む親が話せる場 連絡先 080-5442-3850 gmtombo@gmail.com  ホームページ
まなbe(まなびー) 親 子	場所 みたかボランティアセンター(三鷹市上連雀8-3-10) 日時 子どもと保護者の居場所 毎月第1・3火曜日 10時~12時 be cafe(保護者の会) 毎月第4土曜日 13時30分~16時 内容 学校になじめない、発達凸凹など様々な子どもや保護者の安心・安全な学び場。みんなの居場所。 連絡先 manabemanabi@gmail.com  Instagram
うえるだん 親 子	場所 元気ひろばおれんじ(三鷹市中原3-1-65) 日時 毎月第4火曜日 10時~12時 他 (Instagramで確認) 内容 子どもたちのフリースペース「こどもふらっとひろば」、対象は小・中学生とその保護者、その他「ママサロン」などを開催 連絡先 0422-76-5940  Instagram
つばめの会 親	場所 みたかボランティアセンター(三鷹市上連雀8-3-10) 日時 毎月1回 (Instagramで確認) 内容 不登校・行き渋りで悩む保護者の集い、進学情報の提供 連絡先 m.tsubamenokai@gmail.com  @MITAKASUBAMENOKAI Instagram
かしわもち 親 子	場所 非公開 (JR三鷹駅近く) 日時 Instagram、X、ホームページのブログで確認 内容 10代20代の居場所。息抜きする、やってみたいことを言ってみる場所。 連絡先 080-0808-0242  ホームページ
りあらいず 親	場所 主に西多世代交流センター(三鷹市深大寺2-3-5) 日時 不定期 (Instagramで確認) 内容 発達特性や困りごとがあるお子さんの保護者の交流の場 (かんしゃく、行き渋り、通級・適応支援教室利用中など) 連絡先 realize.co.33@gmail.com  @REALIZE.CO.33 Instagram

名称	場所・日時・内容・連絡先	
こちゃっこい 親 子	場所 都立野川公園 少年キャンプ場(調布市野水) 日時 月・火・木・金曜日 10時～14時 内容 子どもたちが主体となって遊び・学び、ルール作りや運営にも関わる異年齢・少人数の学び場 連絡先 kochakkoi@gmail.com	 ホームページ
こどもくらぶハウス 親 子	場所 ふじみ倶楽部ハウス(調布市富士見町4-24-41) 日時 毎週水曜日 9時～ 内容 保護者でつくる子どもの学び場。学校に行かない、行けない、今日は行きたくない、そんな時に来てみて。 連絡先 kodomo.clubhouse@gmail.com	 Instagram
ちょこおや 親	場所 主に北部公民館(調布市柴崎2-5-18) 日時 不定期(Xで確認) 内容 学校に行きづらい・休みがちな子の親のおしゃべり会 連絡先 chofu.chokooya@gmail.com	 X
一般社団法人 発達障がいファミリー サポートマール 親	場所 三鷹市公会堂さんさん館(三鷹市野崎1-1-1) 日時 月2回(第2木曜日、第4水曜日)※異なる月もあり 内容 発達障がいの傾向のある子どもの家族への相談サポート 医療・療育・進学・就労等、必要な情報を提供(三鷹市委託) 連絡先 070-6573-9230	 ホームページ

フリースクール

フリースペース コスモ (NPO法人 文化学習協同ネットワーク) 親 子	場所 協同ネットビル(三鷹市下連雀1-14-3) 日時 月～金曜日 10時～17時(木曜日は13時～17時) 内容 子どもの意思を尊重し、自治と表現・体験的な学びを大切に居場所。親の会も定期開催。 連絡先 0422-47-8706	 ホームページ
フリースクール IFラボ(イフラボ) 親 子	場所 フリースクールIFラボ(三鷹市牟礼7丁目) 日時 月～木曜日 10時30分～15時30分ごろ 内容 小学生中心。個別・テーマ学習、運動、博物館や山登り等の外活動、外部講師による講座など 連絡先 info@iflab.education	 ホームページ
てらこや熱中教室 子	場所 こひつじ国際共育センター(三鷹市北野3-1-3) 日時 火・木曜日 9時30分～15時 ※アフタースクールは17時30分まで 内容 対象は小学生、中学生。探究活動や個別学習をしながら自分の熱中できるものを一緒に探す第三の居場所。 連絡先 090-5318-0399	 ホームページ
小さな学校 ことのね 子	場所 小さな学校ことのね(三鷹市井の頭3-25-7) 日時 火～金曜日 10時～14時 内容 アートを通して「感じる、関わる、生きる」ことを学ぶ小さな学校。クラシック音楽を軸とした表現活動も。 連絡先 inokashira.kotonone@icloud.com	 Instagram
フリースクール げんこつ組 子	場所 すぱーすはちのこ(三鷹市野崎3-22-16) 日時 月・火・木・金曜日 9時～14時 内容 14時以降と土曜日は学童保育への登録で18時30分まで 小規模で、外遊び、室内遊びなど自由に過ごす。 学童保育や保育園の子たちとの交流も可能。 連絡先 090-7258-0852	 ホームページ