



プレップ

8回のプログラムで、次のステップを見つけませんか？

プレップとは…「これから」のことに不安を抱える15歳から39歳の若者を応援するプログラムです。

仕事に向けて
何からはじめたらよいか
知りたい

学校中退…
これから
どうしよう？



集団行動に慣れたい

自分の得意・不得意
を整理したい。

自分に必要なこと・今後の方向性を考えるために、プログラムをオーダーメイドで組み立てます。

自分発見プログラム

自分の性格、能力、状態などを
知るワークを行います。

- 性格傾向のチェックシート
- 得意・不得意の整理
- 課題の整理



セルフケアワーク

自分の課題に対して対処法を
考えたり、安心できる自分の
状態を作ります。

- 絵や物を使って自己表現
- ストレスを対処するワーク
- ストレスを溜め込まない
考え方のワーク



おしごとレッスン

どんな仕事があるのか調べたり、
働く上でのコミュニケーション
の練習をします。

- 伝え方の練習
- 社会人マナーの練習
- 職業適性検査
- カードを使って仕事調べ



しごと体験

実際にしごと体験をします。
得意・不得意の発見、体力作り
報告連絡相談の実践、集団
に慣れる…などを実践を通し
て練習します。

- 清掃
- ポスティング
- 料理



個別面談

8回のプレップでの目標決め、
振り返り、不安なことや心配
なことの相談を行います。



認定特定非営利活動法人 育て上げネット

事前面談 (50分) : 無料

プログラム参加費 (8回)
+
事後面談 (50分) : ¥30,000
アフターフォロー (有料)

お問い合わせ先:

042-527-6051 (月~土/10-17時)
プレップの件とお伝え頂くとスムーズです。

担当スタッフ:

プログラム担当: 桜庭、櫻井
責任者: 墓田、古賀