

これからのあなたについて

このハンドブックを終えて、あなたのスタートラインについてまとめましょう！

このハンドブックを終えて、あなたは将来どのようになりたいと思いましたか？

認定NPO法人Switch

ユースサポートカレッジ石巻NOTE



宮城県石巻市鑄銭場 1-9 ベガサビル 2階
TEL : 0225-25-5374 / FAX : 0225-24-6512

本ハンドブックは2024年日本財団の助成を受けて作成しました。



いろいろな 進路選択ハンドブック



迷った時に役に立つ！

NEXT

Switch
認定NPO法人

この本の使い方

はじめに

いろいろな進路選択ハンドブックをお手にとってくださいありがとうございます。
この本は、進路を決める時期がきたときに自分の気持ちを知ること、周りのおとなに自分の気持ちを知ってもらうこと、自分の気持ちを知ったうえで、社会にどういう形で出ていくか(卒業後の最初のステップ)を考えること・決めることの参考になればと思い作成しました。

このハンドブックを使うことであなたらしいスタートラインに立てることを願っています。

CHECK POINT

この本を使うときに大切にしてほしいこと

- ・ 自分一人で考えてチェックする。
- ・ 周りの大人(先生や親、相談している人)と一緒に考えてチェックする。
- ・ チェックして感じたことを書き出したり、表現してみる。
- ・ 自分のことを知るために、周りの大人の人にきいてみるのも役に立ちます。
- ・ 自分の苦手なこと、得意なこと、やりたい気持ち、不安な気持ちを整理してみよう。
- ・ 整理してから一歩を考えてみよう。

目次

はじめに「この本の使い方」	P1
目次・この本の進め方	P2
STEP-1 今の自分を知ってみようチェックリスト	P3_P5
STEP-2 チェック結果をみてみよう	P6
STEP-3 どこから始めよう：あなたのスタートライン	P7
STEP-4 今のあなたに合ったサポートは？	P8
サポートしてくれる支援機関紹介	P8_P10

この本の進め方

STEP-1 今の自分を知ってみようチェックリスト

まずは今の自分のできること、できないことを整理してみましょう。
整理しながら考えたことを書き出してみます。
今の自分の状態を知ることが、これからの選択の助けになります。

STEP-2 チェック結果をみてみよう

チェック結果から今の自分の気持ちを書き表してみましょう。

STEP-3 どこから始めよう：あなたのスタートライン

進路についての自分のスタートラインを整理します。

STEP-4 今のあなたに合ったサポートは？

進路について相談したり、一歩を踏み出すためのあなたに合った支援機関を紹介します。