

1

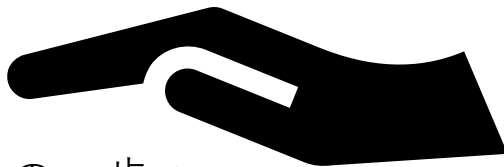
はじめての一步Bプログラム

参加者募集中

20

F R I

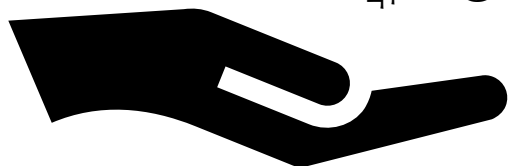
2 0 2 3



はじめての一步A

らしさを、探し。

はじめての一步B



時には仲間の手を借りて、

時には仲間との共同作業から、

あなたの強みや、らしさを

探してみませんか。

「初めの一步」を踏み出す勇氣

受け取りに来てください。



WORK FIT



サポステ

地域若者サポートステーション



あなたの「短所」、
実は「長所」。
仲間と一緒にあなたらしさを見つけてよう。



仲間と一緒にあなたらしさを見つけてよう。

「仲間」
って、心強い。
「共同作業」
って、面白い。

すごい！

よくできましたね！

こちら側は私が
支えています！

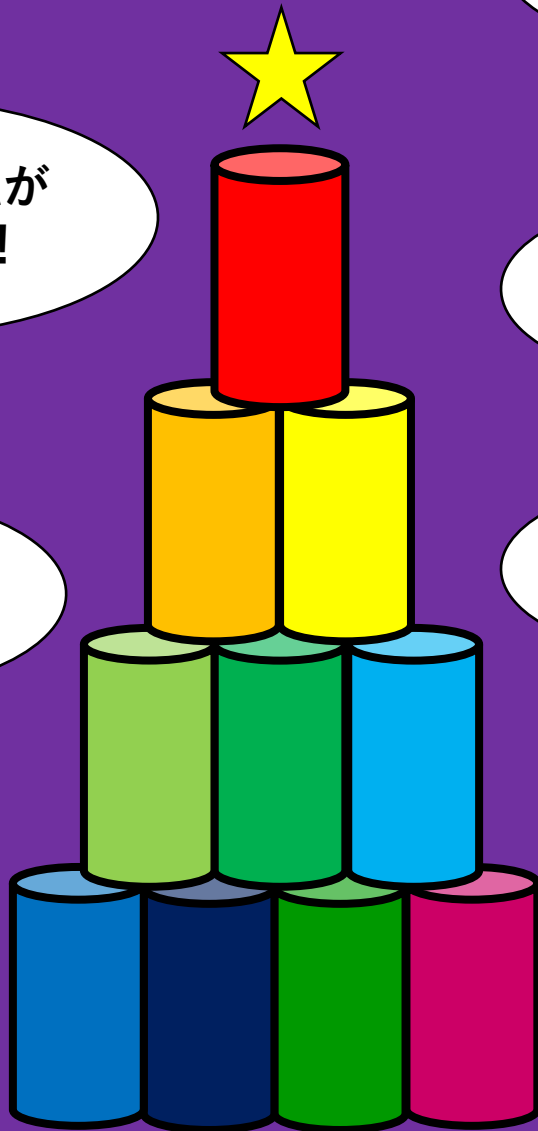
次は勝ちま
しょう！

あと少し！

楽しい！

素敵！

あなたの
おかげ！



あなた「らしさ」を探す、グループワーク

💡 はじめの一步Aプログラムって??

…仲間と一緒に「気持ち」を知り、

「らしさ」を発見し合うプログラム

2種類の記入シートを使い、記入した内容を基に参加メンバーでワークを行います。今の自分の気持ちを知り、仲間と協力して“自分らしさ” “自分の強み”を見つけましょう!!

★ワークの流れ

【①自己紹介】→【②アイスブレイク】→【③気持ちシート記入】
→【④シートの共有】→【⑤リフレーミングシートの記入】
→【⑥シートの共有】→【まとめ(終わり)】

💡 はじめの一步Bプログラムって??

…仲間との共同作業を通じて自分「らしさ」を

見つけ合うプログラム

“紙”を使った、簡単なゲームを行います。グループに分かれて、「ペーパータワー」の高さを競います。仲間と一緒に作業をすると新たな発見や感情の共有がうまれるかも!!

★ワークの流れ

【①自己紹介】→【②アイスブレイク】→【③ペーパータワー1回目】
→【④振り返り】→【⑤ペーパータワー2回目】→【⑥振り返り】
→【まとめ(終わり)】

はじめの一步Bプログラム 開催決定!!

日時：2023年1月20日(金)13時～1時間程度

場所：知立若者サポートステーション事務所

申込方法：下記連絡先までご連絡ください!

問い合わせ先：0566-70-7771/ryusapo@outlook.jp

締切：1月19日(木)17時まで

