

2023年度 第5回 わたしのみらいプログラム

みらいの私のために！

# 「自分を大切にする 生き方を考えよう！」

2024年 2月 11日(日) - 12日(月・祝)

リモート(zoom)同時開催



参加費無料 交通費支給\*1 (上限2万円) 食事代込\*2 宿泊費無料 (個室予定) 引率者同条件 ipad貸出有\*3

\*1 天候や災害等(感染症対応含む)で、止むを得ず中止・延期・内容変更となる際のキャンセル料は自己負担をお願いいたします。

\*2 食事以外の菓子・飲料等の嗜好品については自己負担です。\*3 台数に限りがございますので、お申込時にご相談ください。

- 将来働くとしたら、どんなお仕事をしてみたいですか？プライベートの生活も楽しみながら、やりがいのあるお仕事を生きていくためには、どんな就職活動をすればよいのでしょうか？一緒に考えながら準備をしていきましょう！
- 自立後のアンケートで『自立後に困った事』の上位に毎回ランクインするのは『孤独』。今までの生活を離れ、新たな門出を迎えると、緊張したり、孤独を感じたり、後ろ向きな気分になってしまうことは少なくありません。そんな時にどうしたら平穏な心を保てるか、心のケアを学びましょう。
- 卒業後の進路について決まっている方も、そうでない方も、楽しめる内容です。大切な自分の将来について、一緒に考えましょう！

## プログラム予定

### 【1日目】

13:10 受付開始(昼食を済ませてお集まりください)  
13:30 『自分を大切にしたい仕事選びのポイント』  
16:50 先輩との対話  
18:00 1日目終了/解散(宿泊者は夕食/宿泊場所へ)

### 【2日目】

9:40 集合  
10:00 『自分を大切にする生き方(前半)』  
12:00 昼食  
13:00 『自分を大切にする生き方(後半)』  
16:00 終了

※諸事情により、急遽内容変更になる場合があります。何卒ご了承ください。

## 申込方法

【申込期限】 2024年2月1日(木) 【募集人数】 20名(引率者除く)

【会場】 渋谷区予定(宿泊場所は開催地近郊予定)。詳細は参加確定後にご連絡いたします。

### 【参加対象】

児童養護施設・自立援助ホーム(学生・就労問わず)・里親家庭等で生活する高校生及び職員・里親。

※引率者なしの参加も可能です。

※高校生向けの内容です。中学生が参加希望の場合、その旨ご了承ください。

※近隣在住の場合、宿泊せずに2日間通いで参加や、単日のみの参加も可能です。ご相談ください。

《申込 HP》



【申込方法】申込 HP に必要事項を入力して送信ください。

詳細をメールさせていただきます。

申込 HP <https://form.run/@WMP2402>

※送信後、1週間以上経過してもメール連絡が無い場合、法人メールへご連絡ください。

※4名以上申込の場合、団体申込フォームがございます。法人メールへご連絡ください。

※募集人数に達した場合、期限前でも受付締切させていただきます。ご了承ください。

お問合せ先：一般社団法人わたしのみらい

【法人メール】 [watashinomirai@hotmail.com](mailto:watashinomirai@hotmail.com)

裏面もご確認ください→



## みらいの私のために！

# 「自分を大切に生きる方を考えよう！」

2023年 2月11日(日) - 12日(月・祝)

～お申込み前にご確認ください～



### 現地参加の注意事項

#### ※ 持ち物

【プログラムに使用する物】 筆記用具・A4サイズの書類が入る鞆

【宿泊時に必要な物】 歯ブラシ・洗面道具・寝巻等

(浴室にシャンプー/リンス/ボディソープ/バスタオル/フェイスタオルはございます。

それ以外の物をご持参願います。)

※ 参加者と施設職員・里親(見学も含む)の参加費用と宿泊費・食事代は無料です(1日目の昼食は含みません)。

※ 集合場所までの交通費は、往復の実費(往復分で上限2万円/1名)を負担します。往路分は一旦お支払いただき、プログラム当日に往復分精算します。原則現金払となりますが、お振込みをご希望の場合は申込時にご相談ください。

※ 天候や災害等を含め、止むを得ない事情で現地開催できなくなった場合は、恐れ入りますが交通費に係るキャンセル料は自己負担をお願いいたします。

※ 菓子類・飲料等・文房具・生活用品等、嗜好品については自己負担をお願いいたします。

※ 新型コロナウイルス感染症が第5類になりましたため、プログラム中の参加者及びスタッフのマスク着用は任意といたします。ただし、移動時や会場のルールで検温や消毒が求められる場合は、ご協力いただきますよう、何卒よろしく願いいたします。

### リモート参加の注意事項

※ Zoomアプリを利用してのご参加となります。予めご使用の端末にインストール願います。ご参加に際して係る通信費は自己負担をお願いいたします。

※ グループワークを行う際は、参加者お一人につき1台のPCかタブレット端末があると望ましいです。

※ 一つの施設で複数人ご参加いただく場合は、ハウリング対策のため、できるだけ別々の部屋から参加いただくか、広い部屋でなるべく離れて座り、お一人ずつイヤホンマイクを付けてご参加いただくのを勧めます。

※ ipad 貸出無料です。着払の返信用伝票を同梱の上、開催1週間前頃を目安に宅配便で発送します。

### 一般社団法人わたしのみらい 団体紹介

2019年1月7日法人設立。スタッフは児童養護施設元職員や卒業生、精神保健福祉士・社会福祉士・保育士・大学教授、一般企業の社員等が関わる。活動を通し、参加者同士が大人になること・働くことについて共に考え、個々の内なる力に気づき、想いを形にし、仲間との関係性の構築を経て、自立に必要なスキルの習得を目指す。

Message: 可能性をひろげ、なりたい自分になる

Mission: ひとりひとりの《自立》を共に考え、共に歩みます

【法人HP】<https://watashinomirai.amebaownd.com>