

# プログラム内容

自分ペースで  
主にひとりで  
行うプログラム

他の人と一緒に  
作業をしたり  
お話をしたり  
することがある  
プログラム

おうちの方と  
一緒に参加可能  
のプログラム

先生と1対1の  
プログラム  
ひとりあたり  
約30分です。



【宇都宮市若者自立支援ステップアップ事業】 ☆参加希望の方は、「ふらっぷ」への登録が必要です

宇都宮市在住の15歳～39歳の若者で、ひきこもりや不登校、対人不安などから社会とのつながりや将来に不安を感じているひとたちのための体験プログラムです。いろいろな体験を通して、自分の興味適性を知ったり元気をとりもどして明日のことを考える力をつけるための時間をゆっくりと過ごしてください。