プログラム内容

【宇都宮市若者自立支援ステップアップ事業】

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。

★参加希望の方は、『ふらっぷ』への登録が必要です

切り絵

定員4名
6/3
10:00 ～ 12:00

下絵にあわせて厚紙をカット。切り絵を体験してみましょう。

キャンドル制作体験

定員4名
6/3
14:00 ～ 16:00

かわいいかたちのキャンドルを作ります

子ども食堂ボランティア

定員3名
6/6
16:00 ～ 19:00
（現地 16:30 頃～）

宇都宮市 キッズハウスいろどり

こども食堂で調理したり一緒に遊んだり、できることをお手伝いします

仕事で役立つPC講座

定員3名
6/10
10:00 ～ 12:00

オンライン参加可能

働くときに必要なパソコンスキルを学びます

ボッチャ！

定員6名
6/10
13:30 ～ 15:30
（現地 14:00 頃～）

宇都宮市 トライ東

屋内スポーツ『ボッチャ』を体験しましょう

職業興味を知ろう

定員4名
6/13
10:00 ～ 12:00

職業適性検査用紙を使い自分の職業適性について考えます

美術館に行こう！

定員6名
6/13
13:30 ～ 16:00
（現地 14:00 頃～）

宇都宮市 宇都宮美術館

宇都宮市美術館の展示を見に行きましょう

就職活動基礎講座

定員4名
6/17
10:00 ～ 12:00

オンライン参加可能

就活を考えている人が一番最初に知っておくとよい基礎知識の講座です

Webアプリを作ってみよう

定員3名
6/17
14:00 ～ 16:00

オンライン参加可能

プログラミング基礎講座ご自宅からも学べます

ペーパークイリング講座

定員4名
6/20
10:00 ～ 12:00

ペーパーアートの技法を使って、ポチ袋を作ります

ネイルケア体験

定員4名
6/20
14:00 ～ 16:00
（1人約30分）

身体をていねいにメンテナンスする体験をしてみませんか

働いてみよう！

定員4名
6/24
10:00 ～ 12:00

お部屋の中で軽作業を体験します

推し活推進倶楽部

定員4名
6/24
14:00 ～ 15:00

推しの写真やオリジナルのイラストを転写してアクリルブロックを作ります

PC入力練習

定員3名
6/27
10:00 ～ 11:00

オンライン参加可能

日本語入力をひたすら練習します

和紙の里で紙漉き体験

定員3名
6/27
13:00 ～ 17:00
（現地 14:30 頃～）

那須烏山市 和紙の里

那須烏山市の紙漉き工房で和紙作りを体験します

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

先生と1対1のプログラム。ひとりあたり約30分です。