



# かながわフレッシュスクール

NPO法人横浜メンタルサービスネットワークと神奈川県が協働して実施する  
若者の自立や働くきっかけをつかむための学びの場です。

## 説明会

説明会は  
ご家族の方も  
ご参加ください

【説明会】ご都合が合わない場合はお問い合わせください。

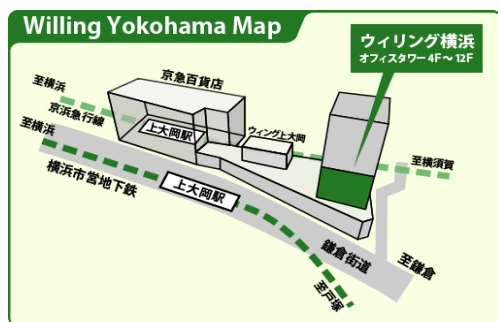
- ① 2016/5/6 (金) 10:30~11:30
- ② 2016/5/7 (土) 10:30~11:30

【会 場】① ウィリング横浜 5 階 503 研修室 (オフィスタワー5 階)

横浜市港南区上大岡西 1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー内  
(京浜急行線・横浜市営地下鉄線「上大岡駅」徒歩 2 分)

② かながわ県民センター 711ミーティングルーム

横浜市神奈川区鶴屋町 2 丁目 24-2 「横浜駅」徒歩 5 分



【予約・問合せ】 NPO法人横浜メンタルサービスネットワーク  
045-841-2419

(電話受付時間：土日祝日・年末年始を除く平日 9 時~17 時 30 分)

説明会は無料です。お電話でご予約ください。ご予約された方を優先させていただきますが、当日参加も可能です。

【開 校】 2016 年 6 月 1 日 ~ 2017 年 3 月 20 日 (週 3.5 日 9:30~15:00)

- ① 横浜校(25~35 歳) ② 上大岡校(17~24 歳)

【対象者】 将来が不安で一步踏み出すことをためらっている若者 ※学生を除く  
(中学校を卒業されている方)

【定 員】 各校 15 名程度

【受講料】 1カ月 10,000 円

(消費税込、月初めに集めます)

入校料などはありません。

その他実費(交通費・イベント代など)



◆主催：NPO 法人横浜メンタルサービスネットワーク (YMSN) 【ホームページは「YMSN」で検索してください。】

◆当事業は「平成 28 年度かながわボランティア活動推進基金 21 協働事業負担金対象事業」として神奈川県と協働して実施しています。

【プログラム(例)】午前 9:30~11:45 午後 12:45~15:00(昼食は持参して下さい)

	月	火	水	木
午前	コミュニケーション	衣食住 (くらしの基本)	ミーティング	ボランティア/ 資格試験
午後	体力づくり	問題解決技法	能力アップ ゲーム	

\* 曜日は参考です。

### 【プログラム内容】

講座での 学び	コミュニケー ション	ソーシャルスキルトレーニング(SST・社会生活技能訓練)の手法を用い、必要なコミュニケーションスキルを身につけます。 →人とのコミュニケーションが楽になります。
	問題解決 技法	問題に対処する方法を学びます。 →困ったことが起きたときに、自分で解決する力が身につきます。
実践での 学び	ボランティア	社会生活場面を広げ、人の役に立つ経験を積んでいきます。 →自分を必要とされていることが確認できます。
	資格試験など	みんなで励ましあいながらチャレンジします。 →体験を積むことで自信をつけていきます。集中力が身につきます。

講座での学びと実践での学びを融合させることで、自信をつかめるプログラム構成になっています。  
常勤の作業療法士と精神保健福祉士がプログラムの運営をし、個別の相談にも応じていきます。

**卒業時に、自信を持って進路選びができることを目指します。**

### 【入校から卒業まで】

6月~12月	1月~3月
方向性を決めるための基礎づくり	方向性を決める (キャリアプランの作成)

## プレジョブスクールでの様子



2年前に学校も卒業した。就職活動がうまくいかず、そのまま家にいた。今のままだあますいと思ってプレジョブスクールに行くことを決意したんだ。

当時の僕はどうしたらよいか分からなかったんだ...

プレジョブスクールでは...



今僕はちょっとだけ自信がついてきた。まだどんな道に進むかは、はっきりと決まていないけど、少しずつ決めていけそうな気がしている。