

## 今後取り組む事業

### 1. 自己肯定感の向上を図ります

日	気分	睡眠	食事	運動	ポジティブ	元気の源	気づき
今	今の気分	睡眠	食事	運動	よかったこと、楽しかったこと、うれしかったこと、できたこと、ありがたかったこと	元気になるための工夫のリスト	
1日	△	24-11 朝昼晩	x				
2日	*	25-11 朝晩	x		大谷翔平がホームラン打った		
3日	△	24-12 朝昼晩	○		晩御飯のカレーが美味しかった		
4日	○	23-9 朝昼晩	○		大谷翔平がホームラン打った、晩御飯の味噌汁が美味しかった、昼のラーメンが美味しかった		
5日	○	24-8 朝昼晩	○		大谷翔平がホームラン打った、寝起きの気分が良かった、TVが面白かった		

よかったねシートは毎日つけてね

### 2. 得意なことをアウトプットする場を作ります



メタバースの講師を担当



## 事業実績 (2023年度)

以前よりも前向きになった人 86.1% (31人/36人)

対面相談 304件

オンライン・電話相談 320件

新規登録者 19人

(既存登録者数35人)

就職決定者数 18人

職場見学延べ人数 38人

職場体験延べ人数 46人

ボランティア募集します

CDIでは、ボランティアを引き続き募集しております。オンライン上でのボランティアもありますので、遠方の方も歓迎です。

興味のある方はこちらまでご連絡ください。

→TEL: 070-4126-3046

### 発行先

認定NPO法人キャリアデザイン研究所 はじめの第一歩事業

(柏市末広町5-16 エスパス柏5階D)

TEL: 070-4126-3046

MAIL: npo-cdi7771@herb.ocn.ne.jp

# はじめの第一歩通信

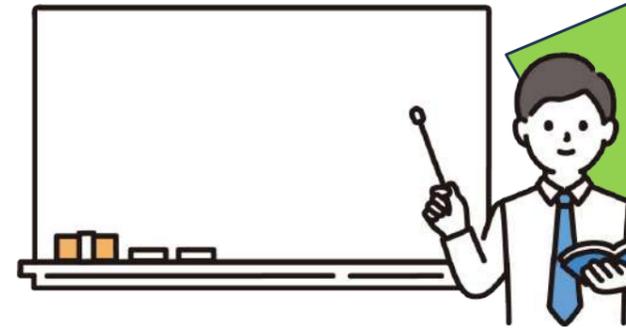
～居場所 × おしごと～

創刊号

自分トリセツ



企業トリセツ



居場所

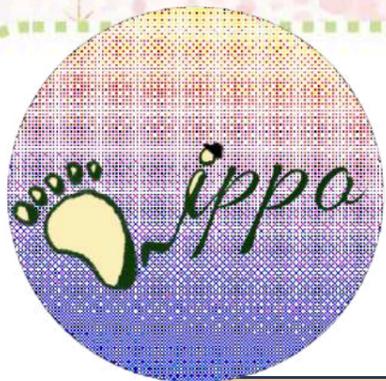


こんにちは、認定NPO法人キャリアデザイン研究所です

いつも応援していただきありがとうございます。

このたび、「はじめの第一歩事業」をご紹介する通信を発行することになりました。私たちは、自分の進路に悩んでいる若者のみなさまがリアルな場とメタバースの場双方で「安心・安全な居場所」を始めています。

そして今後は自分の得意・苦手・好き・嫌いを振り返る「自分トリセツ」、企業が自社の魅力を高めることをお手伝いする「企業トリセツ」を作成し、若者、企業が出会う機会をつくっていきます。みなさまのお力も是非お貸しください。



# はじめの第一歩通信



キャリアデザイン研究所では、生きづらさを抱えた若者を対象とした**就労支援**、就労につながる**居場所づくり**を軸に活動しています！

## 利用者の声

今休職中である。うつ病の症状が重くなり会社に通えなくなったためだ。CDIに来ると不思議なことに症状が落ち着く。CDIが自分の居場所になってくれたのかなと思う。



私が思うCDIの良い所はプログラム内容の多様性です。私が好きなプログラムはボードゲームです。私は人との対話が課題ですが、好きなゲームを通して自然に人と接する練習ができて楽しいです。



## スタッフ紹介

コーディネーター：いしちゃん



営業企画：いっくん



制作担当・講師：かえるくん



企画・講師：佐々木



広報担当・講師：さあや



企画・講師：ももさん



僕達も生きづらさを抱えた経験者ですよ

## 開催したイベント

### ふらっとカフェ

カフェも開催し多くの方が参加しています



### ゆるトーク

メタバースにて会話をしたり、交流を楽しむ場です



### 夏祭り

メタバースでかけっこ、クイズ大会などを開催しました

- 1 13:00～ オープニング
- 2 13:30～ かけっこ大会(場所：パーク)  
パーク内を駆けっこしてみよう！  
誰も勝つんだよ！ぜひ来てみてね
- 3 14:00～ クワッパ神話を語ろう！(場所：セミナールーム)  
「神話のぞく時、深淵もまたこちらを覗いている...」というフレーズで有名なクワッパ神話！ 感動の神話をあえて楽しく語っちゃって楽しんでみましょう！  
クワッパ神話を知らない人は是非高知館にご参加ください！
- 4 15:00～ 推しを推す会(場所：セミナールーム)  
きみの推しは？ゲームやアニメの推しをみんなに広めよう！  
おススメをアプ(推)って来てね！
- 5 15:30～ クイズ大会(場所：パーク)  
楽しいクイズの時間だよ。是非は解けるかな？  
パークに参加してね

### 雑談力UP講座

複数人で話をする事で雑談力を向上させていきます



### ボードゲーム (リアルゲームDay)

Ito、海底探検、ハゲタカのエじきなど様々なゲームをしています



### 動画制作講座

初心者向けにDaVinci Resolveを使用し学びます



各種SNSにて情報を発信しております。

HP



X



youtube

