



テーマ  
若者

## ひとりでがんばろうとする若者への伴走

### 特定非営利活動法人 Switch (スイッチ)

若者の次の一歩を踏み出す「スイッチ」を入れるための活動します。ぜひ応援してください!



特定非営利活動法人  
Switch (スイッチ)  
理事長: 高橋由佳

震災によるところの不調を抱えながらも仕事をしたい、学校に行きたいという気持ちを支えたい、と団体を設立。学ぶことや働くこと、生きることすら諦めてしまう人を、ゼロにしたいと考えています。

#### 若者のところに寄り添う専門家集団

私たち Switch は、ところに不安を感じる若者が仕事につくためのサポート事業や、大学や企業でメンタルヘルスの研修を行う NPO 法人です。精神保健福祉士、社会福祉士などのところに関わる資格を持つスタッフや、職場適応援助者(ジョブコーチ)の講習を受けた専門スタッフが6人在籍し、ひとりひとりの気持ちや状況に沿って徹底した個別支援を行うのが特徴です。

#### 震災を経験して、揺れる若者のところ

津波で家が流されて仮設住宅で生活している、親が失業状態にある、両親の喧嘩が増えたといった被災地

特有の事情を背景にこころの不調を訴える若者が増えています。こころの不調は引きこもりにつながり、若者は自ら社会とのつながりを遮断してしまいます。一度社会との接点を失くしてしまうと、再び社会へ飛び出すことへの不安感が大きくなります。

#### 「らしさ」を認めて、一緒に歩む

引きこもり状態、やりたいことが見だせない 20 代の若者に共通しているのは、自分で行動を起こした経験が少ないこと。そして一緒に考え、悩み、相談できる大人が身近にいないことだと考えています。Switch は、若者の声を聞いて一緒に考える同志として、一人ひとりが自分に合った仕事に就ける、伴走型のプログラムを提供します。

私たちは、本人の“本当の希望や思い”を知っていくことから始めます。また失敗から学ぶこと、次の行動へつなげるための様々なメンタルプログラムへ参加しながら「自分でもできそうな気がする」と自信を持つことができたなら、一緒に仕事探しへ向けてスタート! プログラムは、「元気回復行動プラン(WRAP)」「認知行動プログラム(CBT)」のリカバリープログラムをはじめ、マイクロソフト社提携によるパソコン講習など実践的なサポートを行います。

また、インターンシップ(職場体験実習)を通じて、目標を持ちながら未来へ向け地元でやりがいのある仕事を一緒にみつけます。私たちはそれが生まれ育った地域の復興へつなげると考えています。受入れ先の企業は、地元で活躍する漁業、農業、伝統工芸などの分野です。インターンシップ後は、アルバイトで継続して働くこともできます。

#### 若者がこころの不調を乗り越えてやりがいある仕事を見つけられるよう、ご支援ください。

#### Switch 卒業生 森さんの声

Switch に出会う前は、どん底で、このままひっそり静かに孤独で終わる、誰にも理解してもらえない、と自分から壁を作っていました。現在は一歩を踏み出し、手芸雑貨店で働いています。



目標金額 **115** 万円

#### 寄付特典

♡ 5,000円寄付すると

①年4回発行の会報誌、事業報告書をお届け②インターンシップ報告会のご案内

♡ 20,000円寄付すると

①オリジナルグッズをお届け②年4回発行の会報誌、事業報告書をお届け③セルフケア等の情報ページのID発行④インターンシップ報告会のご案内

♡ 50,000円寄付すると

①オリジナルグッズをお届け②会報誌、事業報告書をお届け③セルフケア等の情報ページのID発行④Switchワークショップのご案内⑤インターンシップ報告会のご案内

特定非営利活動法人 Switch (理事長: 高橋由佳)

所在地: 宮城県仙台市

事業地: 宮城県仙台市、石巻市、東松島市

ホームページ: switch-sendai.org

フェイスブック: www.facebook.com/Switchsendai

【銀行】七十七銀行 本店営業部 (普) **9503617**

一般財団法人地域創造基金みやぎ 代表理事 大滝 精一

【郵便】記号 **02270-3-134826**

一般財団法人地域創造基金みやぎ 通信欄: **若者**

クレジット・現金書留でも受け付けております ⇒ 14ページ参照