第１１期

事業報告書

（第11期:令和3年5月1日～令和4年4月30日）

期間:2021年5月1日 ～ 2022年4月30日

令和４年６月２３日

認定特定非営利活動法人Switch

目次

1.　はじめに

2.　認定 NPO 法人 Switch の事業概要
事業の実施に関する事項（定款記載項目番号に沿って該当事業を記載）
（1）障害者の日常生活お及び社会生活を総合的に支援するための法律（障害者総合支援法）に関する事業
①自立訓練（生活訓練）　障害福祉サービス事業所「スイッチ・イシノマキ」
②就労移行支援事業　障害福祉サービス事業所「スイッチ・センダイ」
③就労継続支援事業　就労定着支援事業　就労定着支援スイッチ
（2）障害者就労定着支援事業（ジョブコーチ支援、フォローアップ支援）
ジョブコーチ支援事業
（3）就学・就労支援事業
・ユースサポートカレッジ　石巻 NOTE
・ユースサポートカレッジ　仙台 NOTE
（5）研究事業（障がい者の理解促進を図る啓発活動、調査研究および政策提言に係る事業）
（6）研修事業（マネージメントサポート・講演会・ボランティア養成）
（8）教育事業（技術向上のための講座開講）
（12）その他、第 3 条の目的を達成するために必要な事業
・キャッシュフォーワーク 2020（休眠預金等活用事業）「CASH　FOR WORK みやぎ 2020 事業」
・宮城県若者こころの支援モデル事業
・赤い羽根チャリティホワイト 「NOTECafe 事業」
・石巻市地域づくり基金助成金
・宮城県障害者能力開発校　委託事業
・東北工業大学　キャリア講座委託
・米日財団×JWLI 「女性がリードする東北の未来」
・子どもサポート基金

3. メディア掲載

■はじめに

2021 年度は、社会全体がメンタルヘルスに関心を持つ方々が多かったのではないでしょうか。

それは、例えば新型コロナウイルスの感染拡大が、雇用環境の悪化により生活様式や経済活動に大きな影響を及ぼし、特に困難を抱えた子ども・若者の生活への影響によることや、奨学金で大学生活を送っている学生にとって不安定な雇用環境による生活困窮への悪化が懸念されたことなどが挙げられます。

また、大学を退学しようと検討する若者もいるなど、若年層サービス業や小売業、飲食業が中心の経済構造から、学生・パートタイムを含む若年者の雇用は極めて不安定な局面にあります。

一方で、ＳＤＧｓが市民レベルで浸透したことから、ダイバーシティ＆インクルージョンの取り組みが積極的に行われるようになり、「だれも取り残さない」社会を目指すことへの関心を持つようになったと思います。

このような状況下において、私たち Switch は、次の１０年を目指し改めてビジョン・ミッションを全スタッフで考えてきました。

私たちは、未来ある若者が希望を持ち、
多様な価値観を尊重し合える well-being な社会を目指します。

これらを実現するために、私たちはこれからも地域社会の人々と共創する幸福価値を、皆さんと一緒に創っていくことができれば嬉しく思います。

２０２２ 年 ６ 月

認定 NPO 法人 Switch
代表理事　高橋　由佳

■認定 NPO 法人 Switch の事業概要

事業の実施に関する事項

(1)障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律(障害者総合支援法)に関する事業

①自立訓練(生活訓練)

障害福祉サービス事業所「スイッチ・イシノマキ」

◈成果と今後の課題
令和３年度は目標達成者が就職１名（障害開示)、１名（就労継続 A)、１名（就労継続 B）となっている。新規相談は昨年と同様 20 代の若い世代が多かった。相談者からのニーズとしてはやはり早くスタートして 3 か月から半年くらいで就職を目指したいと希望していることが多く、圏域の就労移行支援とはマッチしないという声や、通いたいが経費が掛かりすぎて難しい（通所での駐車場代や車）といった話も見受けられた。相談支援事業所や行政との連携をより強固にし、様々なニーズの方が使えるように取り組んでいけると尚良いと感じた。
今年度も相談支援事業所と医療機関からの新規相談が多く、上記のことも含めより連携を図っていきたい。

◈実績・活動内容
令和 3 年度相談件数（件）

10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代
2	7	3	1	0	0

男女比

男性	女性
6	7

紹介元

行政機関	相談支援機関	医療機関	ハローワーク	パンフレット	学校	HP メディア	知人・友人・家族	その他
2	5	3	0	0	0	1	1	1

その他の内訳

イシノマキファーム高橋代表より紹介

令和 3 年度在籍者数
自立訓練（14 名）

10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代
0	9	2	1	2	0

男女別

男性	女性
4	10

卒業者内訳（退所理由）

就継 B	就継 A	移行支援	就職	体調不良	期間満了	その他
1	1	0	1（OP1）	0	1	0

その他内訳

執筆担当:坂下　直也

②就労移行支援事業

障害福祉サービス事業所「スイッチ・センダイ」

◈成果と今後の課題

今年度は、新規登録が 37 名、就職者が 22 名であった。前年度までは新型コロナウイルスの影響が大きく、減少傾向にあったものの、世の中が徐々に新型コロナウイルスに対応してきている事、スイッチとしてもコロナ禍に合わせた ICT の活用に幅が出て来て、新しい形での機動力を発揮できている事が新規利用者、就職者の人数増に寄与していると考えられる。

今後の課題としては、前年度は新規相談者数も増加しているものの、相談に対しての利用率が低いことが挙げられる。原因としては、対象にならない方の相談が多かったこと、コロナ禍により外出にまだ抵抗がある方が相談後に不調になるケースが散見されたことは一つの要因として考えられる。他機関との差別化を図り利用率を上げることも大切であるが、就活で困っているからスイッチに相談してみようという流れは、法人としての地域への認知度向上の結果でもあると捉えられるため、対象にならなかった際にも、代案や地域のリソースの情報提供を行っていく必要が考える。福祉サービス以外の情報提供も含め、丁寧に対応していく事はインテーカーにとっては、より高度なスキルを求められることになるから、今以上に様々な社会資源との連携や、情報収集を行っていく。

◈実績

新規相談来所数	新規登録者数	年間在籍者実数	就職者数	6 ヶ月定着者数
81	32	56	22	11

在籍者年齢層

10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代
2	22	19	7	4	2

紹介元内訳

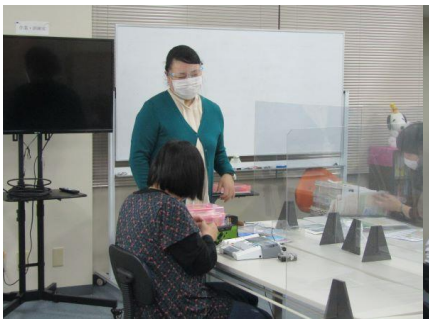
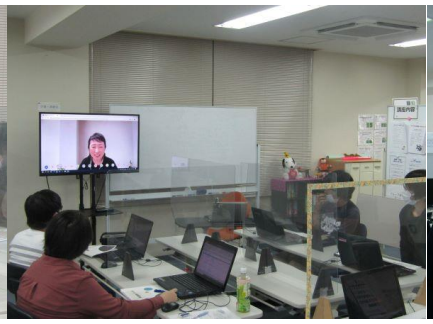
病院	役所	相談支援事業所	公共の就労相談機関	その他
29	5	6	3	38

＊その他　パンフレット/友人・知人/職場/WEB/ その他福祉系サービス（B 型、移行、地活等）/再利用/法人本部事業

◈活動内容

個別担当制の伴走型就労支援（IPS）を実践している。

主なプログラム内容は、認知行動療法、コミュニケーション、セルフケア、就活講座、PC 講座、の 5 つである。また、R２年度から開始した ICT を利用した在宅での活動においても、通所が出来なくても上記講座に参加や、個別を含めた活動に幅を持たせることができた。

執筆担当　田口雄太

③就労継続支援事業

就労定着支援スイッチ

◈成果と今後の課題

令和元年 12 月から事業開始し、開始時から R2 度までで対象者１２名が参加。以降は純粋に６か月定着を迎えた方の利用開始となっており、R3 年度は 10 名が新規利用開始となった。R3 年度は就職者も 20 名を超え、今後も定着支援のニーズは高まる。

就労を続けていくと、職場での課題よりも、日常生活での課題についての相談が多くなっており（今後の経済計画や転居、結婚等のライフイベントや、余暇、友人・家族・パートナーとの関り）そのすべてを定着支援員がフォローしきれるものではない。そのため、相談支援以外にも、今まであまりかかわりのなかった地域のフォーマル・インフォーマルに関わらない幅広い社会資源の情報と、関係構築が必要になってくる。現在定着支援の担当をしていない職員も含め、職員間で社会資源の共有等を行いながら必要なサポートを行っていけるよう努めていきたい。

◈実績　令和 3 年度　就労定着支援事業　利用状況

在籍者数	うち、期間満了修了者	うち、離職者数
20	2	2

執筆担当　田口雄太

（2）障害者就労定着支援事業（ジョブコーチ支援、フォローアップ支援）

ジョブコーチ支援事業

◈成果と今後の課題

令和元年 12 月より就労定着支援事業の開始に伴い、ジョブコーチ支援の利用は減少している。しかし、企業からのジョブコーチ支援ニーズはあり（特に精神の方の採用経験がない企業）、新規ジョブコーチ支援利用は今後も見込まれる。今後の課題として、企業ニーズが増えた場合や対象者が職場定着するまでに早期介入が必要と判断される場合に稼働できる人員が限られているため、支援に対してどのように動いていくか職員間での共通認識をもつ必要がある。

◈実績・活動内容

高齢・障害・求職者雇用支援機構　訪問型職場適応援助者助成金

令和 3 年度実績

	実対象者数	支援回数	離職者	稼働配置 JC
令和3年度	3 名	19 回	0 名	2 名

・実対象者 3 名のうち、令和 3 年度新規開始者は 3 名であった。

執筆担当　三上綾佳

（3）　就学・就労支援事業

①ユースサポートカレッジ　石巻 NOTE

◈成果と今後の課題

20 代までの若者の就労支援、高校生の就職、進路決定支援、NOTECafé を実施し、一定数の進路決定者と就職者を出すことが出来た。今年度は昨年度の課題であった高校中退も含む中卒進路未決定者へのアプローチにも力を入れ、圏域内高校連携や交流イベント、家族向け学習会の開催、また学習支援ツール等の整備を行った。中卒進路未

決定の方の次の展開として、通信制高校への進学する方もおり、通信制高校生に対する就学・就労支援の充実が課題である。NOTE の利用を希望する方の状態像は幅広く、比較的短期で就労が決まる方もいるが、障害グレーゾーンの困難を抱える対象者は、来所から就職に動き出すまでに時間がかかる、あるいは、障害福祉サービスを利用できる状況になるまでに NOTE を活用する形も増えてきた。本人のペースや自己受容に寄り添いながら進めてはいるが、適切な機関につなげていくことを念頭に支援を進めていくケースもいるため、同フロアにあるスイッチ・イシノマキと連携を密に支援を行っていきたい。
NOTECafé においては、圏域内 3 つの高校において、進路指導の先生等より紹介を受けた方への就労・進路決定支援を実施。また、課題を抱える生徒についての相談支援も行った。他、Café 開催校以外の圏域内高校へも前述のアプローチを行ったことにより、Café 開催校以外の高校からのケース紹介が４件あった。最近の傾向として学校から発達障害グレーゾーンや精神疾患を持つ生徒が紹介されることが多くなっていることが挙げられる。グレーゾーンの生徒の関わりについては、学校と密な連携を図りながら、協働で生徒の進路について検討できる体制を構築することが必要と考える。NOTECafé 実施校を増やすだけではなく、高校・大学等教育機関との連携も引き続き強化していく。他 NOTE＋のアウトリーチ支援と一体となり対象者の状況に応じて柔軟に支援展開を行っていく。
◈実績
■石巻 NOTE
登録者 52 人、新規相談者 45 人、延べ利用者数 1523 件
見学・実習　53 回開催（延べ 81 名参加）
卒業者 25 人（帰すう：就労 13 人、福祉サービス利用 4 人、進学・復学 2 人、その他 5 人）
地域交流イベント：実施回数　2 回（若者向け 1 回、家族向け 1 回）、参加者　26 名
高校での出張講座：2 回（2 校）
■NOTECafé
訪問校 3 校、訪問回数 33 回
相談対象実人数 70 人、相談件数 99 件、見学・実習　2 回開催（参加者 2 名、延べ 2 回参加）

◈活動内容
事業所での活動として、個別での相談を中心に VRT や GATB を活用、職場体験、就活講座等の就労支援。本人の興味関心に基づく進路決定のプロセスをサポートしていく進路決定支援。休学中の高校生が居場所的な活用をしながら自身の状況を確認、セルフケアについて検討していく場の提供。その中で、一人ひとりの状況に合わせて就活、個別の興味・強みに焦点を合わせた相談支援を実施。

執筆担当　長岡千裕

②ユースサポートカレッジ　仙台 NOTE

◈成果と今後の課題
今年度も引き続き働くこと･学ぶことに不安や困難を抱えた大学生･専門学校生･高校生や 16 歳～20 代の若者に対し、心のケアをベースとした就労準備支援(講座プログラム･インターンシップ)･修学/復学支援･居場所支援を実施。長引くコロナ禍で若者の孤立や心の不調、不登校、ひきこもり、中退、自殺率の増加等、様々な社会課題を引き起こしている現状の中、昨年度作った支援体制のベースを元に、対面、Zoom を利用したオンライン面談、講座を開催。心理的安全性をベースとした居場所支援を軸に、こころの孤立を防止した。これまで大学生の利用層が多かったが、今年度は高校生、特に専門学校生の利用が増えた。通学に困難を抱えた学生の就業を支援が NOTE を並行利用する学校や学生相談室との連携を強化でき、支援の幅が広がり、就職者や修学(復学)者を出すことができたことは成果と捉えている。
学生が安心して居場所利用できる公的機関はなく、NOTE で学生のメンタルヘルスを支えながら過ごせる居場所を継続して行くことの意義を改めて感じている。多様な角度で学生や若者を支え、多様性を認め合う社会作りに向けて自治体や企業、支援機関と連携を深めながら、継続性のある運営基盤を作って行きたい。そしてその場所を持続可能なものにしていくことの難しさを日々の活動から実感しており、課題である。

◈活動内容・実績

ユースサポートカレッジ事業（仙台 NOTE 第 11 期）

■活動実績

・登録利用者数　　72 名（男性 40 名・女性 32 名）

・新規相談者件数　　43 件

・延べ利用者数　　1,220 名（来所）

・延べ相談件数　　727 件

（内訳：対面相談：525 件　電話相談：125 件　メール相談：66 件　オンライン（Zoom）相談：11 件）

・講座プログラム開催件数　377 件

（こころの講座・コミュニケーション講座・就活講座・PC 講座・アートプログラム・求人検索会・ゲーム大会等）

・インターンシップ件数　　25 件

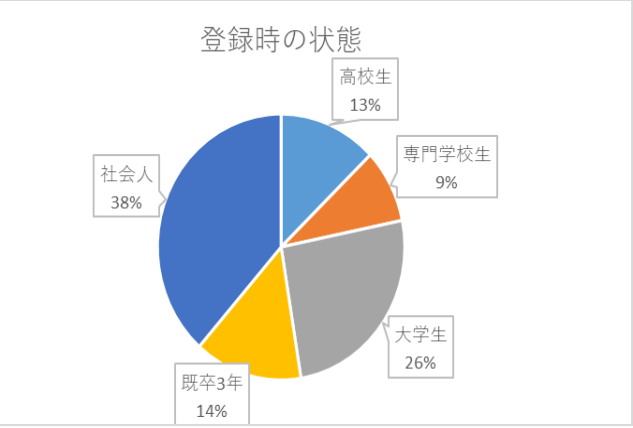
■実績（進路決定者帰すう）

・就職決定者数　　31 名

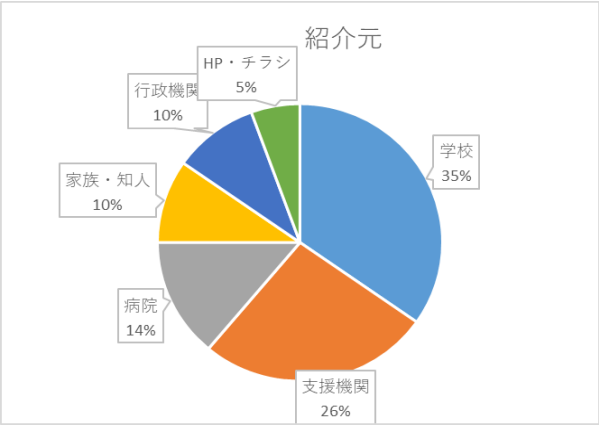
・修学・復学数　　10 名（修学 6 名・復学 4 名）

・福祉サービス利用移行者数　　5 名

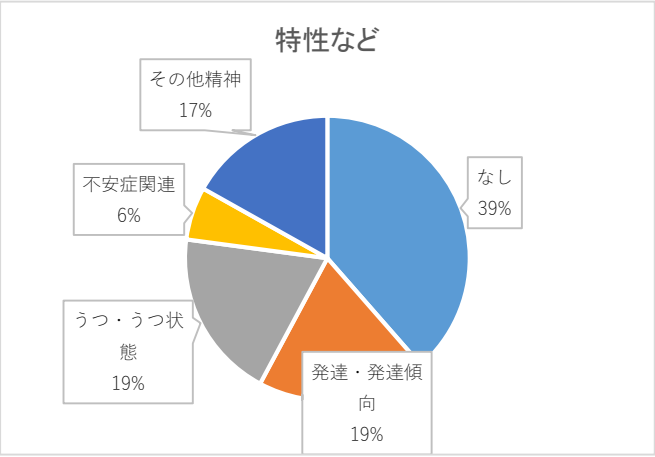
◆令和3年度の傾向



全体の 6 割が学生（既卒 3 年含む）の利用。
内約半数が現役学生。今年度は専門学校生、高校生の利用が増加。
昨年に続き休学中の学生の居場所利用が増加。



教育機関との連携の強化により学校からの紹介が増加。
支援機関は発達相談、ひきこもり相談、女性相談、子ども相談、
更生保護、社会的養護、学習支援、など多岐に渡る



長引くコロナ禍の学校生活で心身のバランスを崩す学生や若者の
増加が伺えた。

※関連助成事業等：CASH　FOR WORK みやぎ 2020 事業・令和 3 年度若者こころの支援モデル事業（詳細は後ページにて）

執筆担当　小関美江

(5)研究事業(障がい者の理解促進を図る啓発活動、調査研究および政策提言に係る事業)

・仙台市障害者施策推進協議会委員　委嘱　（小野）
・仙台市自殺対策連絡協議会委員　委嘱　（小野）
・宮城県いじめ防止対策調査委員会委員　委嘱　（小野）
・障害者雇用支援連絡協議会委員　委嘱　（小野）
・宮城県青少年問題協議会委員　委嘱　（小関）
・日本精神保健・予防学会機関誌「予防精神医学」(第 6 巻 第 1 号 2021)特集論文「コロナ禍における若者の就労支援」掲載（高橋・今野・長岡）

(6)研修事業(マネージメントサポート・講演会・ボランティア養成)

・令和 3 年 5 月～11 月　仙台市子供未来局子供相談支援センター出張キャリアゼミ　講師（全 6 回）　（小関）
・令和 3 年 11 月　石巻雄勝総合支所硯上の里おがつ運営協議会　道の駅スタッフ接遇マナー研修　講師（小関）
・令和 3 年 10 月　NPO 法人アスイク　事例グループスーパービジョン　講師（小野）
・令和 3 年 11～令和 4 年 1 月　NPO 法人アスイク　相談支援スーパービジョン講師（計 3 回）（小野）
・令和 3 年 11 月　令和 3 年度仙台市ピアサポーター養成研修　講師　（小野）
・令和 3 年 11 月　第 1 回東北大学課外・ボランティア活動研修会　講師（計 2 回）（小野）

(8)教育事業(技術向上のための講座開講)

みやぎこころのデザイン教育実行委員会（SCOPE）の事務局を担い、実行した。登録講師の協力をもとに、依頼校にて実施。コロナウイルスの影響により、依頼数は減少した。2022 年度より高等教育での学校メンタルヘルスリテラシー教育が新指導要領に記載され、実施されることをうけ、SCOPE としての教育・啓発活動は今年度で終了とするが、依頼があった際には随時連携して法人として実施を検討していく。

主体：みやぎこころのデザイン教育実行委員会（SCOPE）
　　実施校：３校（合同）
　　大河原町立大河原小学校・大河原南小学校、金ヶ瀬小学校

(12)その他、第3条の目的を達成するために必要な事業

■キャッシュフォーワーク2020（休眠預金等活用事業）「CASH　FOR WORK みやぎ2020事業」

・事業期間：令和2年10月1日～令和4年1月31日
・助成元：本事業は、休眠預金等活用法に基づく「新型コロナウイルス対応緊急支援助成」を受けて実施。
　指定活用団体　一般財団法人 日本民間公益活動連携機構（JANPIA）
　資金分配団体　一般社団法人Reep共創基金

◇実施概要
宮城県内の18歳～39歳でコロナ禍での影響により収入減少となった若者を対象にパート雇用し、IT分野・農業分野へのキャリアチェンジ・スキル獲得を目指すプログラムを提供した。
【IT分野】　Officeスキルなど基礎的トレーニングをはじめ、映像・アプリ開発の出向型インターン、事務補助・チラシデザイン実習、PC講師などを実施。学んだスキルを実践の場で発揮し、自信につなげる機会とした。
【農業分野】　地域の小規模農家へ出向型インターンを実施。種まき、育苗、収穫、出荷作業など、季節に応じた様々な農作業を経験し、就農や次の就職を目指した。農家で働く地域の人々とのかかわりの機会も得られた。

◇実績および成果・課題
仙台・石巻地域にて15名の受益者を雇用し、訓練・実習の機会を提供した。
　【プログラム完了後の進路】　新規就職6名、映像制作会社設立2名、前職継続2名
個々の強みや関心を活かす形でプログラムを展開、伴走支援を行うことで、次の就労に向けた意欲、主体性の醸成、適性確認ができた。参加者には、長年の非正規就労、職歴ブランク、転職を繰り返すなど就労に対する課題を抱える者も少なくなかったが、本プログラムを通して、安定した雇用環境になく、生活保護や障害福祉など公的なセーフティネット活用も難しい中間層に対して就労支援を実現できたことは一定の成果と言える。一方で、未経験から必要なスキル・実績獲得をプログラム期間内で完遂し、切れ目なく就職につなげることには難しさもあった。今後、他事業におけるプログラム検討時の課題としたい。

◇参加者の声（終了時アンケートより）
・次の仕事を見つけるにあたって、自分の長所と短所が明確にはっきりしてよかった。
・自信を持てるようになり、自分にある行動力や好奇心に気づくことができた。
・多様な働き方があることを知ることができた。一つの考え方に縛られず、色々試してみようと思う。

執筆担当　　山田ゆかり

■宮城県若者こころの支援モデル事業

　宮城県より委託を受け、若者の自死予防をはじめとするメンタルヘルス対策の推進を目的とした普及啓発事業を実施。①大学生ゲートキーパー養成講座の実施②若者のメンタルヘルス対策に関する普及啓発③若者こころの支援会議の開催　の３本の柱を元に実施。

１）　大学生ゲートキーパー養成講座（セルフケア講座）の実施

回	月日	対象者	議題等	参加者数
1	6月25日	宮城大学大和キャンパス	ゲートキーパー養成研修	100名

		看護学群２年生		
２	10 月 12 日	尚絅学院大学心理学科 1 年生	ゲートキーパー養成研修（オンライン）	67 名
３	10 月 14 日	東北工業大学工学部 環境応用科学科１年生	メンタルヘルス（セルフケア）研修	58 名
４	10 月 26 日	東北工業大学工学部都市マネジメント学科１年生	メンタルヘルス（セルフケア）研修	74 名
５	11 月 1 日	東北工業大学工学部情報通信工学科３年生	メンタルヘルス（セルフケア）研修	61 名
６	2 月 3 日	東北学院大学 3.4 年生	メンタルヘルス（セルフケア）研修（オンライン）	65 名

モデル校の尚絅学院大学での実績を元に、今年度は宮城大学、東北工業大学、東北工業大学にて出張講座を展開することができ、実施目標の 3 回を上回る 6 回にて実施することができた。

又これまでの各大学からの意見や要望を取り入れ、いきなり「ゲートキーパー」ではなく、その前段階としてセルフケアに重点を置いたメンタルヘルス講座のコンテンツを作成し、実施した。

（コンテンツは初年度 2019 年に尚絅学院大学の内田知宏准教授に監修を依頼、「自殺学」第一人者である和光大学の末木新教授に資料提供にて協力を頂き作成）

【内容】

１） ６月 25 日　宮城大学大和キャンパス 看護学群授業内

14:30～16:00（90 分）　大学生ゲートキーパー養成講座

講義内容：ゲートキーパーとは・ストレスの知識を持とう・セルフケア・

困ったときの相談先・宮城県の自死予防対策の施策について

副教材：ＷＡＫＡＭＯＮＯゲートキーパーハンドブック

【アンケート一部感想】

・宮城県は自死する人の割合が全国よりも高いことが分かって驚きました。自死という選択肢しか残らないという状況になる前に、声を掛けたり、見守ったりすることが必要だと感じました。

・県が色々対策をしていることを知りました。

・話を聞く側は、その悩みを一人で抱え込まずに，適切な場所へ相談できることも大切なことであると知りました。

２）10 月 12 日　尚絅学院大学心理学部基盤演習授業内

12:50～14:20（90 分）　大学生ゲートキーパー養成講座（オンライン）

講義内容：ゲートキーパーとは・ストレスの知識を持とう・セルフケア・困ったときの相談先・宮城県の自死予防対策の施策について

副教材：ＷＡＫＡＭＯＮＯゲートキーパーハンドブック

【アンケート一部感想】
・世代によっても悩みの理解度は変わるため、友人がゲートキーパーであるという環境は重要だと感じました。また、ゲートキーパーとして、知り合いの様子がおかしいと気づいたときに頼れる身近な専門家や相談室を把握しておくことも大切だということも分かりました。
・今回の講義で特に興味深かったのは自殺の現状で近年は減りつつありますが、それでも思っていた以上に深刻で減らしていくことの厳しさを感じました。自殺を踏み止まらせたからといってもその本人が幸せになるとは限らないため、減らしつつ精神状態も回復させていけるように、国や地方自治体だけでなく、自分たちで周りの人を助けていきたいと感じました。

３）４）５）東北工業大学工学部授業内
・10 月 14 日　環境応用科学科　　8:50～10:10（80 分）
・10 月 26 日　都市マネジメント学科　13:10～14:10（60 分）
・11 月 1 日　情報通信工学科　　15:00～16:30（90 分）
講義内容：
ストレスのサイン・ストレス状態を知ろう・若者とこころの健康・自分でできるセルフケア・困ったときの相談先・宮城県の自死予防対策の施策について・学生ピアサポーター活動紹介
副教材：ＷＡＫＡＭＯＮＯセルフケアハンドブック

【アンケート一部感想】
・大学生向けのメンタルケアについての授業はとてもありがたかったです。充実した大学生活を送れるよう努めてみます。
・今回の講義を聞いて、自分のことを見直すことができたし、周りの人のことも考えるいい機会になった。
・ピアサポートの 4 年生の方の発表がわかりやすくて話し方もとても上手でした。

６）11 月 2 日　東北学院大学　15:00～16:00（オンライン）65 名
就職キャリア支援部就職キャリア支援課主催にて、4 年生・3 年生向けに自由参加にて案内
講義内容：ストレスとストレッサー・セルフケア・こころの不調について・認知とは・こころの健康と認知の歪みの関係
終了後ＷＡＫＡＭＯＮＯセルフケアハンドブックを案内
【主催の感想】
当初 30 名程の参加を予想していたが、予想を大きく上回る 65 名の参加となった。
卒業前の 4 年生が社会人になる前にセルフケアを身につけていただくことを目標に開催したが、就活を控えた 3 年生の参加も多く見られた。キャリア支援課にて初めてメンタルヘルス講座を実施したが、今学生が必要としている内容であることを実感した。

２）若者のメンタルヘルス対策に関する普及啓発
１）研修や講演会
① 12 月 14 日（火）13:30～15:30（オンライン）
演題：こころの免疫力を高めるワークショップ
～Ｗｉｔｈコロナ時代のストレスマネジメント～
講師：竹田　伸也氏（鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学専攻　教授）
② 2 月 28 日（月）13:30～15:30（オンライン）
演題：コロナ禍の子ども・若者のメンタルヘルスを支える
～子ども・若者の自死予防～
講師：水本　有紀氏（国立国際医療研究センター国府台病院　児童精神科医）

２）普及啓発活動

「ＷＡＫＡＭＯＮＯセルフケアハンドブック」増刷

大学を中心とした教育機関、支援機関等に配布

３）若者こころの支援会議

県内大学関係者、宮城県保健福祉部精神保健推進班、民間若者支援団体（一般社団法人ワカツク）、事業主体団体にて構成。

第１回：令和３年８月３日　　13 名参加（Zoom オンライン）

第２回：令和４年１月 14 日　　10 名参加（Zoom オンライン）

第３回：令和４年３月７日　　12 名参加（Zoom オンライン）

参加大学：尚絅学院大学・石巻専修大学・仙台大学・東北医科薬科大学・東北学院大学・東北工業大学・東北文化学園大学・東北大学・宮城大学・宮城教育大学・宮城学院大学

【効果】

・3 年目となり参加人数も安定し、更に連携を深め支援会議の土台を作ることができた。コロナ禍にて昨年よりオンライン開催にしたことが大学側の参加のしやすさに繋がり、負担なく出席いただける体制を作ることができた。

・「大学生ゲートキーパー養成講座」の大学への導入については、これまでの会議で長く議論されてきた「心理系の学生以外はゲートキーパーという言葉や内容に戸惑う学生もいるのでは」という課題を受け、今年度はセルフケアに重点を置いたメンタルヘルス講座のコンテンツを作り実施。開催回数が目標の 3 回を上回り 6 回の開催、4 校にて実施することができ、一定の効果を上げることができたと思われる。

執筆担当：小関美江

■赤い羽根チャリティホワイト 「NOTECafe 事業」

◈成果と今後の課題

圏域の高校を訪問し関係を構築していく中で、継続的な支援が必要な生徒が数多くいることが分かった。今後はつながった生徒の未来を一緒に考え自分らしい生き方ができるよう進路サポートをしていきたい。また、困難を抱える生徒との早期のつながりを構築するため、出張相談に加えて講座やプログラムを開催し、出会いの機会を増やしていきたい。

◈実績・活動内容
圏域内の 3 校で NOTECafé を合計 33 回開催し、99 名の生徒とコンタクトできた。
（前年実績 2 校、21 回、66 名）
地域の上位校を含む圏域の全ての高校(9 校)を訪問し教員と関係を構築したことで、気がかりな生徒を紹介いただいた他、2 つの高校でヘルスケア講座等を開催し生徒との関係を強化できた。
・大学生ボランティア 2 名が参加し、より近い立場で相談を受けることができた。
・上記の結果、8 つの高校から 16 名の不登校生・進路未決定の卒業生・中退者が当法人の常設機関につながった。

執筆担当　伊藤愛羅

■石巻市地域づくり基金助成金

◈成果と今後の課題
学ぶ・働くことにつまずいた主に 10 代の若者に対し、社会に繋がる第一歩となる場所や体験を提供したことで、既存の制度では繋がりにくい若者の再出発を支援することができた。特に多様な経験ができるプログラムの提供は、利用者同士の繋がりを深め、孤立防止にも繋がった。
　課題として、不足している学力を補うための学習支援において、若者が継続して勉強に集中する体制を作ることの難しさを実感した。この課題を踏まえ、若者が安心して学習を継続し、自己効力感を高める支援ができるよう、今後に繋げていきたい。
◈実績・活動内容
述べ参加人数 506 名
・学習支援　対象者 3 名、ボランティア 5 名、実施回数 15 回。
・多様な経験ができる場の提供　文化体験・芸術体験等のプログラム実施。
　実施回数 31 回
　内容一例：コラージュ作成・ステンドグラスづくり・書初め・クリスマスゲーム大会（黒ひげ危機一髪使用）・セルフケア講座・就活講座
・就労支援
　個別面談・適職の検討・履歴書作成・面接練習等・
　新規相談 44 件、進路決定者 25 名
　帰趨：就労 13 名、進学 2 名、福祉サービス利用 4 名、その他 6 名

＜地域交流イベント開催＞
・7 月 28 日「きみも今日から YouTuber」
参加人数：6 名　実施場所：石巻 NOTE
・1 月 8 日「家族セミナー我が子がつまずきから一歩踏み出すために家族ができること」
参加人数；20 名　実施場所：石巻市かわまち交流センター

高校連携
石巻圏域全 10 校の高校を各 2 回以上訪問。
毎月1回以上の活動予定表の郵送。
＜高校での講座開催＞
・石巻北高校でのヘルスケア講座 12 月 8 日　1年生約 120 名受講
・石巻工業高校での就活講座 7 月 29 日　3 年生約 100 名受講
石巻 NOTE 利用につながった生徒の在籍高校：7 校
　石巻好文館高校、桜坂高校、石巻商業高校、宮城県水産高校、石巻西高校、東松島高校、石巻北高校飯野川校

執筆担当　伊藤愛羅

■宮城県障害者能力開発校　委託事業

令和３年度短期委託事業（集団訓練）セルフケアマネジメント科開校
精神障害・発達障害のある方に特化した公共職業訓練を実施
開催時期：令和３年 10 月 14 日～令和２年 11 月 17 日
内容：ストレスマネジメント・自己理解・PC 講座・ビジネスマナー・事務補助実習
受講者５名(1 名就職決定により途中退校)

執筆担当　小関美江

■東北工業大学　キャリア講座委託

生活デザイン学科２年生対象キャリアセミナーⅠ（100 名）　対面にて実施

講義の全体趣旨は本格的な就活の前に土台として必要な社会基礎力の習得をベースとし、キャリアデザインの考え方や多様な働き方、コミュニケーションやプレゼンテーションスキルの習得を目指す内容で例年同様に実施したが、長引くコロナ禍にて学生が制限の多い学生生活を送っている状況を踏まえ、大学側と打ち合わせを行いセルフケアをベースとしたメンタルヘルスの講義を多く取り入れ学生のメンタルヘルスを支援した。

回	日付	メイン担当	タイトル	内　容
1	10 月 8 日	小関	学生のキャリア・デザイン	学生と社会人の違い・社会人基礎力とは 自身のキャリアについて考える
2	10 月 15日	高橋	日本の NPO と企業の社会貢献活動について	世の中の多様な働き方を知る
3	10 月 22 日	小野	コミュニケーション基礎	コミュニケーションの基礎理解
4	11 月 5 日	小野	アンガーマネジメント	怒りの対処法
5	11 月 12 日	小野	アサーション	自分もOK、相手もOKなコミュニケーション
6	12 月 3 日	小野	メンタルヘルス	ストレスとセルフケア
7	12 月 17 日	高橋	課題解決コミュニケーション（1組）	LEGOアイディアワーク （2組は「文章の書き方」動画課題）
8	12 月 24 日	小関	自分プレゼン術	自己理解(強み)・プレゼンテーションのポイント
9	1月 7 日	高橋	課題解決コミュニケーション（2組）	LEGOアイディアワーク （1組は「文章の書き方」動画課題）
10	1月 14 日	小関	就職活動に向けて	インターンシップ・就活に必要な準備・EQ

執筆担当：小関美江

■米日財団×JWLI「女性がリードする東北の未来」

①直接支援（石巻圏域の高校等への出張相談事業「NOTE カフェ」の継続と広域的展開）、②組織基盤強化（ビジョン・ミッション再構築）、③ネットワーク構築（地域で活動する団体とのネットワーク構築）3 点を助成いただいた。結果①②③とも目標達成することができ、次の 10 年の基盤と地域団体とのより深い連携をすることができた。

①直接支援

事業概要： 石巻地域における困難を抱える若者の包括的支援体制の構築

現在石巻圏域の高等学校にて中退や進路リスクを回避するための「NOTE カフェ」事業を展開している。今回のプロジェクトでは、当事業を継続実施すると同時に他地域にも展開し、交通の便が悪く相談機会を得られないまま課題を解決できず、望むような進路に進むことが出来ない若者に対して、社会に出る狭間でつまずく若者のセーフティネットとしての機能を強化する。

◈成果と課題： 出前相談を実施していることで他の高校においても当法人の信頼感が高まり、課題を抱えた生徒を紹介されることが増えた。対象期間中に当法人の常設機関を利用することになった高校生年代の若者は 16 人に上る。10 代の若者が自分から支援機関にコンタクトを取ることは心理的にも交通の便の悪さからもまれであり、若者の生活圏内の高校で相談ができること、さらには常設機関での支援につながったことは大きな意義がある。

また若年無業の状態になった若者に就労準備の機会を提供し、社会参加を促した。実習活動では中間的な就労を体験することで就職への準備を行うことができた。地域の漁業者や流通関係業者と継続的なつながりを作ることができ、将来の出前相談窓口の範囲拡大が期待できる。

課題は、高校以外の地域交流センター等での出張相談会を実施することができなかったため、今後は保健師を始めとした地域との関係づくりを強化し、市内遠隔地での相談会実施につなげたい。また若者本人だけでなく家族が支援を求めているケースも多く見られたため、今後は家族支援や、親の会などとの連携も深めていきたい。

◈実績・活動内容:

NOTE カフェ合計 33 回実施

実施回数と来談生徒数：桜坂高校 10 回 24 人、東松島高校 15 回 24 人、石巻北高校飯野川校 8 回 12 人

地域の交流センターでの出張相談会はニーズ確認でき、実施に向けて関係づくりに努めたが開催には至らなかった。そこで将来の下地づくりとして、地域との交流を深めるため、生徒たちによる石巻市内遠隔地での実習活動を行った。今後も各種の方法で地域との関係強化に努める。

狐崎漁業 5 回 15 人、（一社）石巻グリーフサポート 5 回 14 人

出前相談会来談 99 人

高校での講座参加生徒 セルフケア 120 人、就活講座 100 人

実習活動参加者 29 人

②組織基盤強化

概要：ビジョン・ミッションの再構築

◈成果と課題：スタッフ全員で考え新しいビジョン・ミッション、価値観・行動指針が決まった。全員の意見を取り入れることを最重要視した結果、法人理解・事業理解への深まりと、法人内の風通しが良くなった。中堅スタッフの意識を高め、策定後も定期的に自己評価していく体制をとったため、計画的な組織評価と自己点検の機会を確保していくことが課題である。

◈実績・活動内容： ビジョン・ミッション再構築ワークショップの開催

参加者は、当法人スタッフ 16 名＋ファシリテーター1 名で実施。法人スタッフ全員でのワークショップ全5回、そのほかのミーティング含め、合計 30 回、80 時間を費やし、新しいビジョン・ミッション、行動指針を決めた。ワークショップ 1、2 回目は、10 年間の振り返りを中心に、法人の特徴、ステークホルダー、地域や世の中の動向等を踏まえた今後の展望、若者支援の在り方など言葉を重ねていった。3、4 回目にはそれまでのワークショップ等々から表出された言葉を、リー

ダーを中心に文章化し、さらに自分たちの団体活動への希望と照らし合わせ、全員で検討し、以下となった

認定 NPO 法人 Switch
新ビジョン・ミッション・価値観・行動規範

ビジョン
私たちは、未来ある若者が希望を持ち、
多様な価値観を尊重し合える well-being な社会を目指します。

ミッション
1. 若者が「働く・学ぶ」をあきらめなくてよい社会にします。
・若者を取り巻く様々な環境に関わらず、希望する働き方・学び方が選択できるよう伴走します。
・企業や学校、地域に対して、若者が安心して挑戦できるよう提案していきます。

2. メンタルヘルス不調があっても、若者が well-being-life を実現できる社会にします。
・地域と連携し、様々な段階をシームレスに移行できる体制を構築します。
・メンタルヘルスに関する知識の普及を行い、メンタルヘルスリテラシーの向上を目指します。

3. 人・地域とのつながりを増やし、若者が孤立しない社会にします。
・若者がつながる事ができる新たな機会をつくります。
・若者を取り巻く課題を地域と共有し、応援者を増やします。

4. 若者の生きづらさを解消するため、変化する社会課題に柔軟に対応します。
・常に何が必要で、何を求められているかを追求し、スピード感を持って取り組みます。

価値観
・ワクワクを持って挑戦し、変化を恐れない。
・多様性のもつ力を信じる。
・興味関心やストレングスを大切にする。
・地域との協働・連携を大切にする。
・想像力を持って創造する。

行動規範
・枠にとらわれず、一人ひとりの可能性を信じ伴走する。
・向上心をもって、学び続ける。
・チームワークをいかして、迅速に行動していく。

（注釈）
・well-being：身体的、精神的、社会的に良好な状態
・well-being-life：本人にとっての well-being を意識したライフスタイル
・メンタルヘルスリテラシー：こころの不調・疾患に関する正しい理解と活用
・シームレス：継ぎ目がない、スムーズ

③ネットワーク構築
成果と課題：同地域団体への理解が深まるだけでなく、個別の事業連携も実現した。今後、継続的なミーティングを開催していくことでより事業連携をしながら地域課題の解決を目指す。
活動実績：同助成を受けている同地域の 5 団体と助成先を交えた月 1 回の情報交換会を開催した。

執筆担当　小野彩香

■子どもサポート基金

「石巻圏域子ども・若者コンソーシアム事業」は、石巻広域圏に暮らす困窮状態にある子ども・若者のための多機関連携型「ワンストップ総合相談・伴走型アウトリーチ活動」の推進のために、2018 年から認定 NPO 法人 Switch、認定 NPO 法人 TEDIC,地域創造基金さなぶりの 3 者コンソーシアムにて展開してきており、今年度は最終年度となった。

事業は石巻圏域における相談機能の通年開設と関係機関連携強化を目指し、通年の相談窓口を石巻市内に開設するとともに相談員を配置することにより、年齢別の切れ目のない支援体制を構築、0歳～39 歳の子供、若者の個別伴走支援を展開。当法人においては 16 歳～39 歳の若者を対象とした個別伴走支援を実施している（石巻圏域若者伴走支援センターNOTE＋）。

個別伴走支援の対象者の状態像としては、生活困窮、不登校・引きこもり、障がい、触法、虐待など多重的な困難を抱えている若者である。また課題はあるが利用できる制度がないことや制度の利用に至る以前の状況であること等、既存の支援では使える社会資源がないことも多い。このような困難を抱える背景として家族だけでは対処しきれなくなっている場合も多く、本人・家族のみならず環境への働きかけを各種関係機関と連携して支援展開する必要がある。そのため、当事業の支援要請は学校や行政、石巻圏域子ども・若者総合相談センター等の関係機関からの依頼であることも多い。その他様々な理由・事情により通所や支援機関に出向くことに障壁を抱えており、孤立のリスクも高い。地域の中で世帯や本人が孤立しないために機能している事業であるといえる。

今回の事業により、コンソーシアム内だけではなく、広く石巻広域圏（石巻市、女川町、東松島市）の子ども若者支援団体とのネットワークを構築することが出来た。一方で、持続的な事業運営体制や財源の課題など、今後事業を継続運営して行く基盤はまだできていないため、今後も継続して地域の子ども若者を支える体制を構築するために、引き続き事業の継続を目指す。

◈実績・活動内容「石巻圏域伴走支援センターNOTE＋」
・0 歳～39 歳までの相談窓口の通年開設と個別伴走支援の展開
・石巻圏域若者伴走支援センターNOTE＋
・石巻圏域子ども・若者支援地域協議会の開催（年 5 回）
・若手支援者育成プログラムの実施
◈石巻圏域若者伴走支援センターNOTE＋実績
支援総数　529 件　支援実人数 30 名
支援手段　アウトリーチ 140 件、来所 39 件、電話・メール等 347 件、その他 8 件
支援内訳　支援 225 件、他機関連携 228 件、ケース会議 15 件、新規相談 9 件、他機関よりリファー4 件
新規相談　9 件、インテーク 7 件、支援開始 1 件、支援終了 2 件
今年度の支援者内訳（年代別）　10 代 57%、20 代 38%、30 代 5%
地域別内訳　石巻市 91%、東松島市 6%、女川町は 0%、その他 3%
◈2021 年度受益者の声
・家族
本人はなかなか出てこないが、家族としては話を聞いてもらえることで本当に助かっている。家族の対応がこれでいいのか悩むことが多いが、自分の対応について聞いてもらえるのでとても助かる。（20 代ひきこもり）
・関係機関
他者の受け入れが難しい家族であるため、定期的に訪問して関わりを続けている機関があることは大きい。（担当保健師:20 代ひきこもり）
保健師とは違う視点で本人に関わってくれる人がいるのはとても良い（担当保健師:10 代ひきこもり・未治療）

執筆担当　長岡千裕　今野純太郎

3. メディア掲載

・2021 年 8 月 2 日　河北新報「わたしの視点から」 悩める若者の伴走者に（今野）

・2021 年 8 月 5 日　石巻日日新聞「いしのまき NPO 日和コーナー」に団体紹介記事掲載。

・2021 年 9 月 15 日　河北新報「困窮する若者のスキル獲得後押し」記事掲載。（キャッシュフォーワーク 2020）

掲載日：2021年09月15日，面名：E20XX0，記事ID：K2021091500000001400
(C)河北新報社

コロナ 困窮の若者支援

仙台のNPO 農業・ITの就労機会提供

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う解雇や雇い止め、勤務シフトの減少で困窮する若者が増えている。仙台市宮城野区の認定NPO法人「Switch（スイッチ）」は、宮城など東北6県で求人が見込める農業・IT分野の就労機会を提供し、地域課題解決の担い手を育成する事業を展開している。

風情ある日本家屋。グラスの上からお茶が注がれ、鮮やかな緑が画面いっぱいに広がる。矢部園茶舗（塩釜市）の製品「茶摘み」のPR動画を制作した遠藤博元さん(28)＝二本松市＝と伊深耕一郎さん(39)＝仙台市太白区＝は、4月からスイッチの事業「キャッシュフォーワークみやぎ」＝?＝に参加している。

事業では、コロナの影響で収入が減った10代後半～40歳未満をスイッチが約6カ月間にわたり雇用。若者たちは時給制で週28時間、農業・IT分野の受け入れ企業の仕事や実習に取り組む。

2人は結婚式の写真、動画撮影や編集を請け負う会社で働いていたが、コロナで仕事が激減。「独立し、映像制作のスキルで地域のために働きたい」との思いから参加を決めた。企業の案件に取り組むほか、起業に必要な経営戦略、経理や営業活動を学んだ。

7月には仙台市内で映像制作会社を設立。伊深さんは「まだ道半ばだが、とても助けられた」と話した。

東北では東日本大震災以降の農業生産法人の拡大、販売農家数の減少で担い手が求められているほか、コロナ下のリモートワークや会員制交流サイト(SNS)の普及でIT人材のニーズが高まる。

スイッチの事務局長今野純太郎さん(51)は「農業やITに関心があってもノウハウのない若者が、スキルを獲得し次のキャリアに生かす機会をつくれた」と手応えを感じる。事業が始まった昨年10月以降で13人が参加し、農業分野に参加した3人が卒業。就職、起業、フリーランスといった一人一人の目標や習熟度に応じた支援を行う。

今野さんは「就労を通して自己肯定感や前へ踏み出す意欲を高めることも目的の一つ。未経験でもためらわず応募してほしい」と呼び掛ける。

?キャッシュフォーワークみやぎ　キャッシュフォーワークは、災害などで仕事を失った人を臨時で雇い、復興と生活基盤回復の両立を目指す手法。金融機関で10年以上取引のない休眠預金を元手にした一般財団法人リープ共創基金（東京）の助成事業「キャッシュフォーワーク2020」に採択された（13団体で総額約1億7000万円）。受け入れ企業、法人は参加者の賃金を負担せず、スイッチが助成金で支払う。参加希望者は9～10月ごろまで、受け入れ企業は12月末まで募集する。1月末の事業終了後も受け入れ企業の業種拡大を視野に若者の支援を続ける方針。連絡先はスイッチ022（762）5851。

「スキル獲得を後押し」

談笑する（左から）今野事務局長と起業した伊深さん、遠藤さんら＝仙台市若林区