

Switch  
認定NPO法人



校内居場所カフェ全国ネットワーク



高校内居場所 cafe

ハンドブック

運営：認定 NPO 法人 Switch



ユースサポートカレッジ石巻NOTE

宮城県石巻市鑄銭場 1-9 ベガサビル 2 階  
TEL : 0225-25-5374 / FAX : 0225-24-6512



ユースサポートカレッジ仙台NOTE

宮城県仙台市宮城野区榴岡 1-6-3 東口鳳月ビル602  
TEL : 022-253-7701 / FAX : 022-762-5853

この事業は「宮城県NPO等の絆力を活かした震災復興支援事業補助金」にて運営されています。

# 目次

## 高校内居場所カフェとは？

P. 2 - P. 6

私たちの想い ～なぜNOTE Cafeなのか～ P. 2

高校内居場所カフェとは？ P. 3

NOTE Cafeとは？ P. 4

NOTE Cafeの運営方法 P. 5

NOTE Cafeでできるサポート P. 6

## NOTE Cafeの実際

P. 7 - P. 17

各学校でのNOTE Cafe P. 7 - 8

NOTE Cafeの位置づけ P. 9

NOTE Cafeを利用した生徒について P. 10

先生がたの声 P. 11 - 12

NOTE Cafeを利用した生徒の担任の感想 P. 13 - 14

NOTE Cafeで活用するツール P. 15 - 16

なんでも答えるNOTE Cafe Q&A P. 17

## NOTE Cafeの運営団体

P. 18 - P. 19

スタッフ紹介 P. 18

NOTE Cafe運営団体石巻NOTEってなに？ P. 19

## コラム

P. 20 - P. 21

応援メッセージ P. 20

親愛なる先生がたへ P. 21

# 私たちの想い ～なぜNOTE Cafeなのか～

このハンドブックは宮城県内にて生徒のより良い将来のため日々生徒対応に奮闘しておられる先生方や困難を抱えた若者の助けになるべく、支援に携わっている支援者の皆様に高校内居場所cafeの存在を知っていただき、気軽に活用していただけるよう、当法人石巻NOTEで運営しているNOTE Cafe事業についてまとめた冊子です。

私は高校卒業後すぐ仕事を始めましたが、仕事の内容が合わずに半年程で退職した失敗経験があります。なぜ短期間で退職に至ったかと言うと、自分は何を大切にしたいのか、自分に合っている仕事は何か分からないまま焦って就職したからです。高校生ながらも、自分の将来について考え、ある程度職業調べもしましたが、高校生が自分ひとりだけで将来を考えるには限界がありました。

これは私だけに限らず多くの高校年代にも当てはまる悩みや困りごとではないでしょうか。自分の卒業後やこれからの考えるとき、“教員でも家族でも友人でもない、気軽に話すことのできる第3の大人”が自分の不安や悩みを聞いてくれる、そんな場所が学校の中があれば、誰にも話せずひとりで悩みを抱えこんでしまう生徒が減るのではないかと私自身思いながら日々NOTE Cafeを運営しています。

高校生の進路選択には、家庭や発達障害の問題など、本人を取り巻く環境も大きく影響しているため、周りの大人が早期に発見し、気軽に話せる関係性を在学中に築いておくことがとても重要です。**高校生たちが気軽に身近な大人と雑談し、安心して話のできる高校内居場所カフェを皆さんのお力を借りて作っていくことが出来れば幸いです。**

石巻NOTE 伊藤 愛羅

## 発刊に寄せて

仙台大学 健康福祉学科 教授 氏家 靖浩 先生

どんどん若者は少なくなり、学校は広々としたスペースが目立っています。世の人々はそれを寂しく思うかもしれませんが、実は千載一遇のチャンスととらえるべきかもしれません。今、公立・私立を問わずひとつひとつの学校が特色を持つべきと言われてはいますが、これは簡単なことではありません。さらに、せっかく特色を持つならば、「学校という空間が楽しい場所」になって欲しいと考えます。休みが多かった若者も、学校には良い思い出がなかったという若者も、そしてかつては人があふれていた学校で青春時代を過ごした元・若者にとっても、「あの空間には、ひたりたいなあ」と思ってもらえるような、壮大なリフォームが求められています。NOTE Cafe事業は、それを叶える絶好のチャンスかもしれません。船が海上で姿を変えるような工夫が必要かもしれませんが、挑んで悔いなしと思います。期待しております。

# 高校内居場所カフェとは？

## 高校内居場所カフェとは ...

高校内居場所カフェは、学校の中に拓かれた新たな「居場所」です。2012年に大阪府立西成高校で始まった「となりカフェ（一般社団法人ドーナツトークが主催）」を皮切りに、神奈川県田奈高校の「ぴっかりカフェ（NPO法人パノラマが主催）」等、大阪、神奈川を中心に展開し、現在では全国各地にその広がりを見せています。その特徴は、高校の中でNPO法人等の民間団体が定期的に生徒のための居場所（カフェ）を開き、だれでも来れる場を作ること、飲み物やお菓子、食事などの提供を行うこと、教員以外の大人がいて生徒と多様な関わりを持つことがあげられます。

家庭、学校以外の「サードプレイス」を校内に拓くこの活動は、ニーズを表出できない困難を抱える若者の早期介入の手段として学校に所属しているうちに教員以外の大人と出会うことが意義の一つであると考えます。

高校内居場所カフェのコンセプトは「安心安全な居場所の提供」「文化資本のシェア」「ソーシャルワークの起点」があるといわれています。

< 参考文献 >

学校に居場所カフェをつくらうプロジェクト、『学校に居場所カフェをつくらう！』, 明石書店, 2019  
石井正広・小川杏子編集、『基礎 [ 知識 ] 編：校内居場所カフェスタッフ養成講座テキスト』, NPO 法人パノラマ, 2022

## 「失われた10年」で若者が抱える複合的困難

- 対人スキルの低下 → 対人不安・恐怖(外出困難)
- 交友関係の消失 → 社会的孤立
- コМПレックスの強化(恋人がいない、独身など)
- 保護者やきょうだいの関係悪化(協力者の不在)
- 履歴書の空白の広がり(職業スキルのなさ)
- 精神疾患の発症(うつ病や統合失調症など)
- 体力の減退など健康面での変化



高校内居場所カフェは  
これらの困難に対して  
「未病」の段階で  
ケアする環境

健康と病気の間にある「未病」の段階で、適切な手当やケアがあることで病気にさせない「未病改善」という考え方があります。大きく躓いてからの支援は、精神的にも経済的にも痛みがとれない、成果も上がりにくいのが現実です。まだ学校に所属している間に支援を開始することは、「未病改善」的モデルであり、成果が出やすいアプローチと言えます。

# NOTE Cafeとは？

課題への早期介入で  
将来の選択肢を広げる

## 効果と意義

前述したNPO法人パノラマの取り組みを元に宮城県内の各学校のニーズに合わせて開催している当法人独自のカフェ事業です。

石巻NOTEでは、10代後半の様々な若者の進路決定支援を行っています。その活動を通して分かってきたことは、自分の生活や将来に大きな不安があっても、支援機関へ自ら出向くことをハードルに感じていたり、周りとは違う自分を受け入れることに大きな抵抗を感じている若者が多いという事実です。また、家庭や発達障害の問題があっても、中々表面化しません。そのため、石巻NOTEでは、こういった若者を支援機関に繋げるために、本人が通っている学校の中で「教員でも家族でもない第三の大人」と気軽に話せる場所を作ろうと考えました。それがNOTE Cafeです。

NOTE Cafeでは、学校の中という本人達の安心できる空間にスタッフが出向くことで、日頃の悩みや将来の不安など様々な話を、自然な形で拾い上げることが出来ます。在学中に既に関係の作れた大人がいれば卒業後や中退後もスムーズに相談が出来、途切れることなく支援に繋げることが可能です。また、早い段階から関われば職場実習や体験・講座の参加など社会に出る前に生徒達が「安心して練習」できる機会も作ることが出来ます。

# NOTE Cafeの運営方法

NOTE Cafeは2017年から石巻圏域にてプロジェクトをスタートし石巻NOTEスタッフが学校に出向き高校内の一室を借りて活動を続けてきました。

開催回数、場所、時間、活動形態は学校に合わせて設定しています。

## 場 所

進路室の一角や選択授業で使う空き教室などを借りて実施

## 時間帯

昼休憩の時間や放課後など (例: 12:30-13:30 / 15:30-17:00)

## 生徒への周知方法

- ・ 担任の先生がNOTEスタッフへ個別に対象生徒を紹介
- ・ 各クラスで生徒にNOTE Cafe開催のチラシを配布してもらい全体へ周知
- ・ 開催場所の教室に半期分の開催スケジュールカレンダーを掲示
- ・ 1年生が入学してすぐに、各クラスでNOTE Cafeを5分程度で紹介

## 運営資金

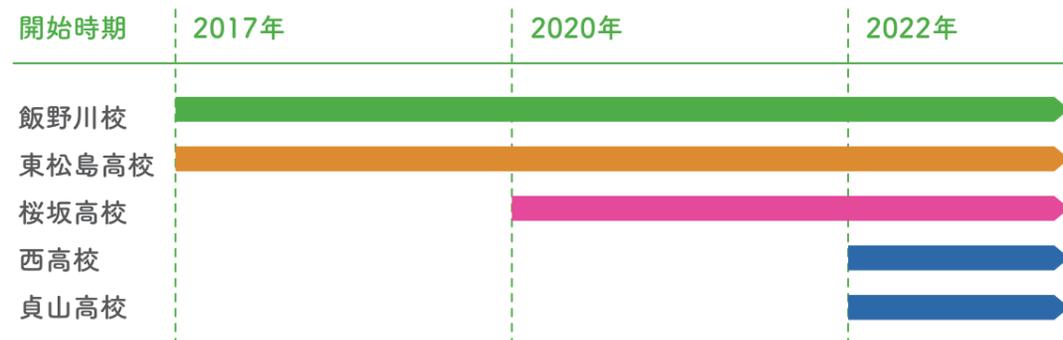
年度ごとに助成金を申請し運営 (日々奮闘しています💦)

これまで活用した助成金の一例

- ◆ 赤い羽根チャリティホワイトプロジェクト
- ◆ 宮城県NPO等の絆を活かした震災復興支援事業補助金...等々

※ 大阪府や川崎市等公的資金を導入している自治体もあるが、ほとんどの団体が助成金や寄付で運営しており、運転資金の確保は全国的に課題となっている。

## 実施状況



# NOTE Cafeでできるサポート

NOTE Cafeは学校内での支援はもちろん石巻NOTE事業と連携したサポートも行っています。学校生活の悩みを聞くための個別面談を始めとして就労・就学など進路決定に必要なサポートが可能です。

## 高校内“NOTE Cafe”での支援

- 個別相談を通し、困りごとを一緒に整理
- 就労・就学までのステップを一緒に考え、必要に応じたサポート

【具体的なサポート例】

- ・ 定期的な個別面談で日々の雑談や学校・家庭での困りごとを傾聴
- ・ ワークシートやカードを使った自己分析で得意・不得意を整理
- ・ 職業適性検査や職業興味検査の実施
- ・ 履歴書作成や面接練習、求人の見方など就労準備サポート



## 長期休みのフォロー

- 石巻NOTEへの通所・講座参加

【参加講座例】

アートプログラム / 就活講座 / メンタルヘルス講座 / コミュニケーション講座 / 特別講座 ~ 色んなお仕事を覗こう ~ など

- 職業体験

漁業ボランティア、農作業体験、梱包作業体験など ...



▲ 講座の様子



▲ 漁業ボランティア



▲ 農業体験

# 各学校でのNOTE Cafe

予約不要! 来所目的不要! 誰でもどうぞ

## 居場所型

### 宮城県石巻北高等学校 飯野川校

カフェだけでなく学校行事でも関わりを持ち  
多様な活動を柔軟に実施



#### 学校の特徴

- ・各年次1クラス、計4クラスの小規模校。
- ・昼間定時制(4年間)だが、3年間で卒業が可能な三修制もある。

#### Cafeの特徴

- ・全学年の教室があるフロアの空き教室で実施。(生徒が必ず通る教室)
- ・放課後の時間帯に実施。個別面談や創作活動等、多様な活動を柔軟に実施。
- ・HRでのカフェの紹介や学校行事、進路の授業等にも参加し、生徒と関わりを持っている。

#予約不要 #来所目的不要 #放課後開催 #進路が窓口 #授業への参加  
#1対1の個別対応 #教員との共有 #担任やSC/SSWと連携 #担任からの紹介  
#1人で来る #長期休みのフォロー #カードゲーム #イベント #創作活動 #空き教室で実施

生徒の特徴(相談の内容)



## 居場所型

### 石巻市立桜坂高等学校

学校が設置した居場所カフェ内で実施



#### 学校の特徴

- ・県内唯一公立の女子校、進路多様校。
- ・進路閲覧室には誰でも利用可能な進路相談スペース「さくらかふえ」が設置されている。

#### Cafeの特徴

- ・さくらかふえ(進路相談スペース)でオープンなNOTE Cafeを実施。
- ・さくらかふえに来所する生徒に声がけを実施。
- ・雑談から進路の悩み、友人関係や家族の悩み等幅広い相談に対応している。

#予約不要 #来所目的不要 #進路が窓口 #友達と来る #スタッフから生徒に声がけ  
#カードゲーム #雑談 #面談練習や履歴書サポート #就労・就学相談 #教員との共有

生徒の特徴(相談の内容)



## 個別型

### 宮城県東松島高等学校

担任の先生から紹介・長期休みはNOTEでフォロー  
1人1人個別に対応 個別伴走型カフェ



#### 学校の特徴

- ・三部制かつ単位制、定時制の学校。
- ・様々な課題を持つ生徒が多く在籍する課題集中校。

#### Cafeの特徴

- ・1人1人個別に対応、ゆっくりじっくり伴走型カフェ。
- ・進路室の奥で実施、個別に担任が声がけて来所に繋いでいる。
- ・カフェから長期休み、卒後の支援に繋がる生徒も多い。

#予約不要 #来所目的不要 #進路が窓口 #1対1の個別対応 #担任からの紹介  
#進路未決定卒業サポート #長期休みのフォロー #2部と3部の間に開催 #人目につかない場所  
#教員との共有

生徒の特徴(相談の内容)



## 2022年度から実施



### 個別型 × 居場所型

宮城県石巻西高等学校

#### 学校の特徴

- ・全日制課程、普通科、男女共学。
- ・進路は就職 / 進学どちらもあるが進学の割合が高い。
- ・地域連携に力を入れている。

#### Cafeの特徴

- ・進路室を拠点に周辺スペースや教室等、生徒の話しやすい場で実施。
- ・教員全体に開催を共有し、生徒に周知。
- ・進学の悩みや就活の悩み、生活の悩みなど幅広く対応。



### 居場所型

宮城県貞山高等学校

#### 学校の特徴

- ・昼間部と夜間部の二部制の単位制の定時制高校。
- ・生徒の多様な進路希望に応じた科目選択のため自分だけの時間割を作ることができる。
- ・「科目履修」と呼ばれる社会人も学習できる授業が一部あり、社会人も学べる環境。

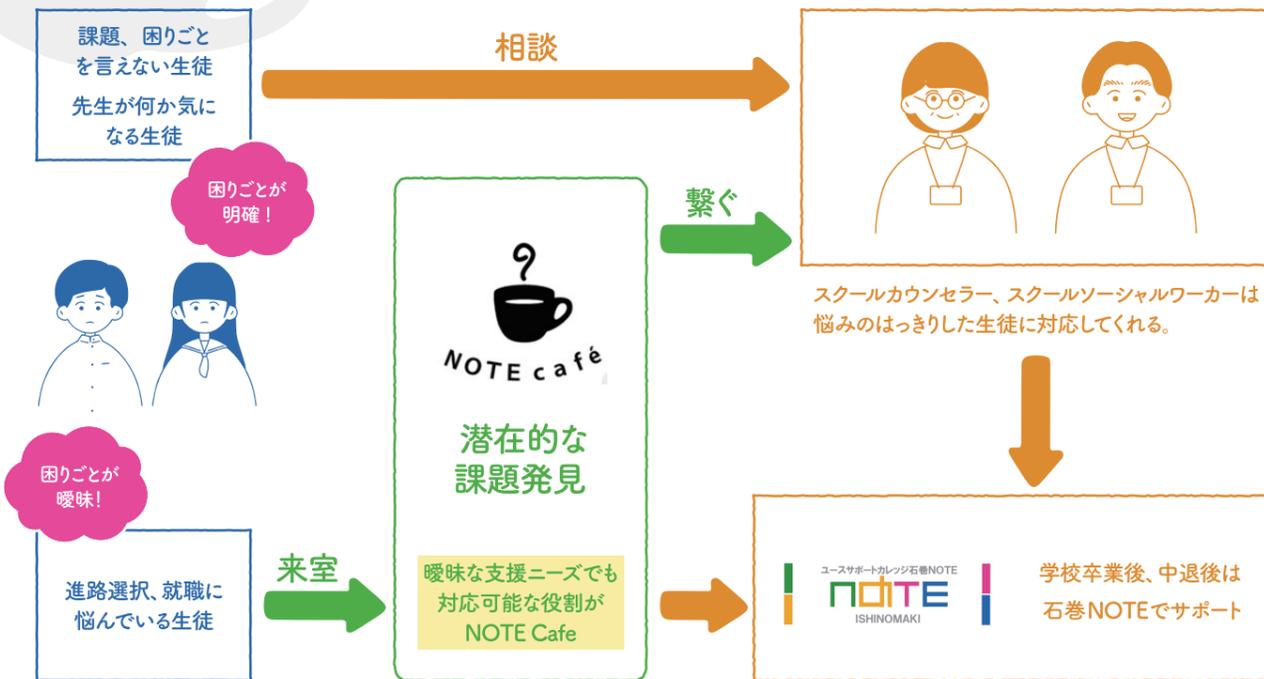
#### Cafeの特徴

- ・ボードゲームなどを使って、生徒が自由にリラックスして楽しめる環境。
- ・生徒と教員と一緒に楽しめるオープンなカフェ。

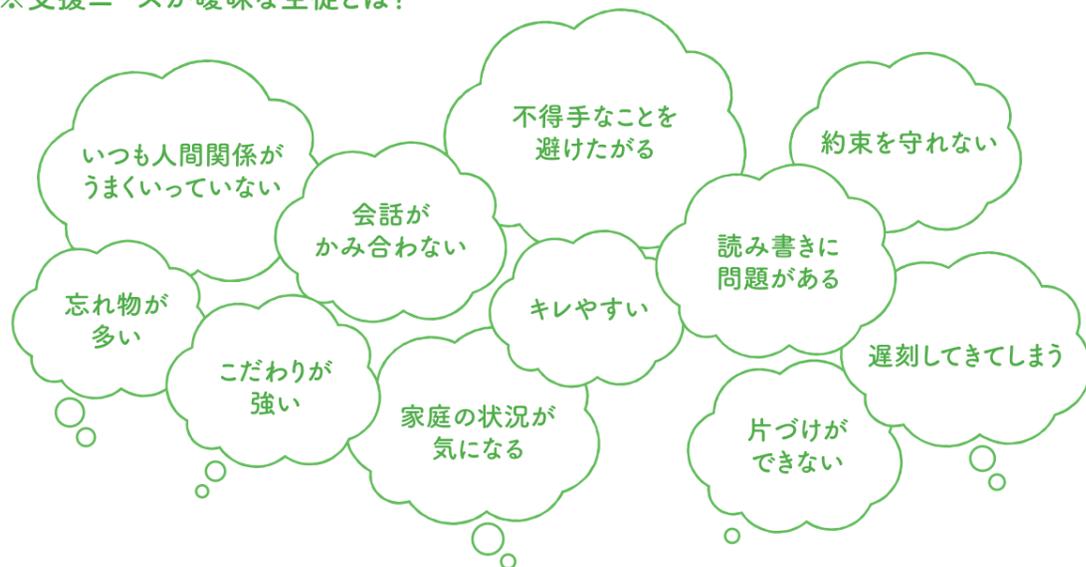


# NOTE Cafeの位置づけ

## NOTE Cafeの位置づけ



### ※支援ニーズが曖昧な生徒とは?



NOTE Cafeでは上記のような、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーまで繋がらない支援ニーズの曖昧な生徒に関わり、課題が顕在化した段階で必要な資源に繋ぐ、**繋ぎの場として利用**することができます。

# 利用生徒のモデルケース

## 対人関係に難しさがあり就職に不安を抱えるAさん

中学の頃に不登校経験があり通信制高校に行くか悩んだが、両親のすすめで普通校を受験。内気な性格で周囲の生徒と打ち解けるまでに時間はかかるが手先は器用。2年の夏頃から学校生活での困りごとや就労に対する不安を話せる息抜きの場として担任がNOTE Cafeを紹介し定期的に利用するように。コロナ禍で学校行事が少なくアルバイト経験もないことから、長期休みに石巻NOTEで行う様々な実習へ参加。何度も繰り返し農作業体験を行う内に野菜を育てることに魅力を感じ、卒業後は農業へ就職。



## 発達障害傾向にあり卒業後の進路に迷うBさん

小中学校時代から周囲の子供よりも遅れが目立ち心配した母が高校へ配慮願いを提出。本人は自身の特性について気にしていないが、学習の遅れや他者とのやりとりにストレスを感じやすく、腹痛や頭痛の症状もあるため度々保健室を利用。養護教諭がNOTE Cafeを紹介し保健室で本人と何度か面談。授業に適應できない場面もありSCや養護のサポートを受けていた。Cafeに繋がってからは自己分析シートを活用し自身のストレスがかかる事柄について整理、ストレスの対処法を一緒に考えていく中で、配慮を受けての就労を本人が希望。Cafe担当教員とその旨共有。その後、学校で面談を行い専門医を受診することになった。卒業後は福祉サービスを利用することに決まり、サービス利用開始までは石巻NOTEにて通所の練習を行う。



## 就職を希望して応募するが受からず進路未決定の高校3年生Cさん

コミュニケーションは得意ではないがパソコンスキルが高く、一般事務に就職希望。複数応募しているが書類選考の時点での不採用もあり心が折れかけている。面接練習を頼むにも空いている先生が見つからず困っている。進路室の一角でCafeを開催している際、求人票を見ている本人にスタッフから声掛けしNOTE Cafeに繋がる。NOTE Cafeで志望動機を一緒に考え面接練習を何度も重ねるなどして、卒業前に、目指していた一般事務に無事合格が決まる。



## 先生がたの声

### 大きな困難や課題を抱える生徒にとって安心できる場

石巻北高等学校飯野川校  
進路指導部長 大橋 孝行 先生



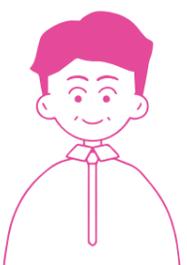
小さな相談ごとから学校では対応の難しい問題まで、心温まる対応をいただいています。教員とは違った視点でのサポートがあり、特に、大きな困難や課題を抱える生徒にとって安心できる場となっています。

NOTE Cafeをきっかけに、進路先を見つけたり、人間関係を見つめ直す機会を得た生徒もいます。また、アルバイトをすることに自信がなかった生徒が、石巻NOTEの就労体験を経て、アルバイトに就いたり、就職を希望していた生徒が進路を変更して進学したりすることもありました。養護教諭やスクールカウンセラーから勧められてNOTE Cafeに来る生徒もいます。一度顔を出した生徒は、その後も続けて利用するようになります。

生徒にとって一番ハードルが高いのは、最初にNOTE Cafeに参加することです。今年度は、石巻NOTEスタッフの方々に1年次野外学習への同行支援や3年次の進路セミナーでの進学・就職対策指導、文化祭りハーサルでの支援もいただき、相談しやすい雰囲気づくりを工夫してみました。必要な生徒にNOTE Cafeや関連NPO法人の支援が円滑に受けられるよう、さらに環境を整えていきたいと思えます。

### 生徒たちのセーフティーネットとなる場

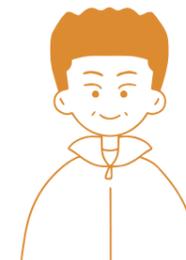
石巻市立桜坂高等学校  
進路指導部長 遠藤 則靖 先生



本校は常設で居場所カフェを設置しています。高校生が自分の進路の悩みや思いを自由に語り、考え、相談するために設けられた開かれたスペースです。そこは進路部の教員や就職支援員等が「聴いてくれる」場所です。このスペースができて良かったことは、進路の悩みの根っこが見えることです。高校までの学びや家族との関係など様々な課題を抱え、進路を選択する前に「希望進路を語れない」ということがあります。このスペースができたことで、以前よりも多くの生徒たちが進路室を気軽に訪れるようになり、対話を通して生徒の相談だけでなく、自己理解と自己肯定感を支えながら生徒の主体的な進路選択を共に考えます。教員や家族でもないNOTEスタッフの方と生徒が対話することは、学校と家庭以外の大人に会うことで、普段とは違う物事の視点や考え方に気づくメリットがあります。NOTE Cafeで受けた相談は進路部と共有し、その後、担任やSSWやカウンセラーなどに繋げることもあり、生徒たちのセーフティーネットになっていることも特徴と言えます。

### 生徒の進路選択の幅を広げる取組み

宮城県東松島高等学校  
生徒支援チーム 針生 智博 先生



就学・就業に関わる指導・支援については、これまで進路指導部が中心に個別支援を行ってききましたが、生徒のニーズによりきめ細かに応えられるよう、NOTE Cafeをきっかけに石巻NOTEさんと協働した取組を行っています。生徒たちにとっては、就学・就業に関する手順や準備についてかみくみで説明いただき、見通しを持っているだけでなく、学校の職員以外の大人と会話ができ、多様な考え方や生き方に触れ、社会性を育む時間にもなっています。

また、長期休業に合わせて、農業体験やお仕事体験、漁業ボランティア体験など、学校ではなかなか企画することが難しい活動も御提案いただきました。事前の声がけをNOTE Cafeを通して丁寧に行っていたので、生徒たちも安心して参加できていますし、生徒の要望にもきめ細かに対応していただき、私たちも安心して送り出せています。価値観が多様化し、生徒のニーズも広がっていることから今後もNOTE Cafeを開催しながら、生徒の進路選択の幅を広げる取組を続けていただけたらと願っています。

### 対人関係や社会生活のスキルを学ぶ場として

宮城県貞山高等学校  
増山 裕子 先生



今年度、初めてNOTE Cafeにご協力をいただきました。本校は単位制の高校であり、ホームルームや部活での活動場が不足しがちです。そのため、対人関係や社会生活のスキルを学ぶ場も必要であると考えています。今回は、アナログゲームを通して生徒同士がコミュニケーションを取りながら楽しい時間を過ごすお手伝いをさせていただきました。教師主導で行うのではなく、外部の方に入ってもらったことで、いつもとは少し違った雰囲気の中で楽しい時間となったように感じます。また、これから社会に出て行く生徒たちにとって、学校外の方と関わる貴重な機会になりました。自立というのは、すべてを一人で担うことではなく、自分で必要な手助けを求めることも含んでいると考えています。NOTE様とのかかわりが、そのきっかけとなれば嬉しいです。

## NOTE Cafeを利用した生徒の担任の感想



今回クラスの生徒がNOTEさんを利用させていただきました。  
夏季休業中に行った3者面談(生徒・保護者・担任)の中で、それとなくカフェを含めて、NOTEさんの利用を勧めました。  
その後、就職を希望する企業が決まったタイミングで、カフェを利用させていただきました。履歴書の書き方では特にお世話になりました。

実際に働き、就職に対しての知識がある方から話を聞けることで、生徒はよい刺激を受けることができたと思う。進路に悩んでいる生徒にとって、社会とのつながりがつくれるし、別の視点からアドバイスをもらえることは非常に有益である。  
単発ではなく、年間を通して継続的につながりが持てることもよい。話が苦手な生徒にとって面談は効果的であり、NOTEさんとじっくり話ができることで、社会性が身についていくと期待できる。  
今後の運用をどうしていくか(生徒が利用したあとに情報共有をするなど、教員とNOTEさんとの連携をもっと密にとるとよいのではないか。  
NOTE Cafeの目的は就職支援なのか、カウンセリングなのか、どのような生徒に合っているのかを全体で共有する、など)でさらに高い教育効果が期待できると思う。



今年度、担任する生徒1名がお世話になりました。  
生徒本人と保護者が参加した初回相談に同席させていただきましたが、担当のスタッフの方が生徒の話を共感的に聞いてくださり、終始和やかに話が進んだことが印象に残っています。  
その後の利用においては、個別のカウンセリングや進路相談等を通して生徒本人の長所や適性などをよく引き出していただき、教員とのかかわりだけでは得られない生徒の自己理解の深まりが見られました。また、高校卒業後も生徒へのサポートを継続してくださることについて、大変ありがたく感じています。



就職を希望する企業に合わせて、そして、生徒1人1人の個性に合わせて、きめの細かい面接指導を頂戴しました。お陰様で、採用を獲得することができました。  
NOTEさんのスタッフの方々は温かい雰囲気ので、生徒は安心して利用しておりました。  
丁寧なご指導に対し、深く感謝申し上げます。

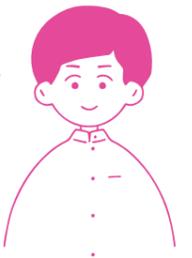


## NOTE Cafeを利用した生徒の声

就職活動の際にNOTEさんを利用させていただきました。1週間ほど後に面接が迫っているという状態だったので、とても不安でしたし、余裕のない期間で申し訳ないなと思いながら取り組んだのですが、担当の方々と対策を練り、数回の練習を経ることで、無事に内定をいただくことができました。  
本番で質問された内容が、事前に皆さんと対策したものとほぼ同じだったので、言葉につまることも少なく出来ました。ただでさえ緊張している中で、頭を悩ませて考えなければならない質問が出されたら、焦ってしまって何も浮かばなかったと思うので、行っておいてよかった、スムーズに面接を終えることが出来てよかったと、しみじみ思いました。  
職員の方々としばしば雑談することもあったので堅苦しいと言うことも無く、話し下手な私でも緊張が和らいで幾分楽でした。  
月に1回で1時間ほどの短い時間で行けるので、気楽なのも良いと思います。



私は面接指導を受けるためにNOTE Cafeを利用させていただきました。  
プリントを用いて質疑応答の練習をしていただいたり、面接の際の礼儀作法を細かく丁寧に教えていただいたりしました。  
NOTE Cafeのスタッフのみなさんは、とても優しく指導していただき私はとても取り組みやすかったです。  
特に面接練習は実践的に行ってくださいだったのでとても身になりました。



# NOTE Cafeで活用するツール

NOTE Cafeでは生徒へ開催日の周知や長期休みの際の体験活動の募集などをチラシやカレンダーを配布して行なっています。また、初めてNOTE Cafeを利用した生徒には「面談カード」を記入してもらうことで本人の興味や悩み、利用できる頻度などを把握し、相談に活用しています。実際に使用した過去のツールの一例です。



## 手書きチラシ

スタッフが手書きしたチラシです (^\_^)/  
NOTE Cafeを知ってもらう為の生徒に配るチラシです！



## 体験活動の参加募集チラシ

石巻NOTEで実施している長期期間中の体験プログラムの募集チラシなども配布して周知しています。

ユースサポートカレッジ石巻NOTE

# NOTE

ISHINOMAKI

## 夏休み おしごと体験

仕事やアルバイトをするにはちょっと自信がない...、まずはお仕事体験をしてみませんか？石巻NOTEではいろいろな体験実習をしています。興味のある方、ぜひご参加ください！お待ちしております！

**農**

**農業体験実習！**  
北上にある農園での農業体験です。自分のペースで作業ができます。  
・日時：7月29日(土) 8:50集合、15:40解散 ※服装自由

**軽**

**出稼お仕事体験！**  
立派な倉庫の中でラベル貼りなどの軽作業体験ができます。  
・日時：8月22日(月) 詳細未定、半日程度

**漁**

**漁業ボランティア！**  
水少子時代に釣金を落とすことも簡単な作業で漁船さんのお手伝いをします。  
・日時：7月29日(土)未定 9:50集合、16:00解散 ※服装自由

**ア**

**アニメ上映イベントスタッフお手伝い！**  
イベントの物販のお仕事やその場スタッフのお手伝いが出来ます。  
・日時：8月13日(土) 詳細未定

**店**

**お店のお手伝い！**  
お店でチラシ配りや商品さんの準備が出来ます。  
・日時：8月13日(土) 詳細未定

申込・お問い合わせは石巻NOTEまでお願いします。

<石巻NOTE>  
電話 0225-25-5374  
石巻市曙橋1-9 ベガサビル2階  
mail: info@npo-switch.org  
店舗：長岡

2022年 東松島高校NOTE Cafe年間カレンダー

開催時間 15:45-17:00

2022 9 September

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    | 1  | 2  | 3  | 4  |    |    |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |

2022 10 October

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    |    |    |    | 1  | 2  |    |
| 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 |    |    |    |    |    |    |

2022 11 November

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    |    |    |    |    |    |    |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 |    |    |    |    |

2022 12 December

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    |    |    |    |    |    |    |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

2023 1 January

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    |    |    |    |    |    |    |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 |    |    |    |    |    |

2023 2 February

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|    |    |    |    |    |    |    |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 |    |    |    |    |    |

「NOTE Cafe」とは？

「NOTE Cafe」はNPO法人Switchのスタッフが学校に来てみんなの就職・進学についてのお話を聞きましょう！  
自分は何が好きでこれから何がしたいんだろう？と考えたり迷ったりしたら気軽に相談に来てね！  
学年問わず誰でも使えるので授業の空き時間や帰るまでの間など暇があれば是非顔を出してみてください。  
進路室の隣のスペースが「NOTE Cafe」だよ！  
カレンダーに印のついた日が私達のいる日です！  
Bon Cafeに参加していることもあります！

## 面談カード

始めてNOTE Cafeを利用した際にも書いてもらうことが多いです (^\_^)/  
1回きりの利用の場合は書かないこともあります！



## スケジュールカレンダー

NOTE Cafeの開催日をまとめたカレンダーを生徒へ配布しています！  
開催場所の部屋のドアに貼ってもらう時も！

面談カード 平成 年 月 日

担当:

ご記入いただける箇所だけ、お書きください

|      |          |    |     |
|------|----------|----|-----|
| お名前  | フリガナ     | 性別 | 男・女 |
| 生年月日 | 年 月 日    | 年齢 | 歳   |
| 住所   | 〒        |    |     |
| 所属   | 学校 校( 年) |    |     |

あてはまるものに☑を入れてください

|       |   |
|-------|---|
| まなぶ   | <input type="checkbox"/> 毎日登校できる (登校日数: 毎日・週 回)<br><input type="checkbox"/> 忘れ物が多くて困っている (なぜ忘れ物をするのか分からない)<br><input type="checkbox"/> 教室の中で眠くなるものがある (授業に集中できない)<br><input type="checkbox"/> 教科書の字が読み取りにくい<br><input type="checkbox"/> 進路で悩んでいる (卒業後どうしたらいいか分からない)<br><input type="checkbox"/> その他 ( ) |
| はたらく  | <input type="checkbox"/> アルバイトをしたことがある<br><input type="checkbox"/> インターン (職業体験) をしてみたい<br><input type="checkbox"/> パソコンを使えるようになりたい (文書作成や表計算)<br><input type="checkbox"/> 履歴書の書き方が分からない<br><input type="checkbox"/> その他 ( )   |
| 興味・関心 | <input type="checkbox"/> ゲームやインターネット、SNSは毎日する<br><input type="checkbox"/> 絵や手芸、プラモデルやフィギュアづくりなどの創作活動<br><input type="checkbox"/> カ仕事や創作<br><input type="checkbox"/> 部活動やクラブ活動など体を動かすこと<br><input type="checkbox"/> 読書や映画鑑賞<br><input type="checkbox"/> その他 ( )  |
| 苦手なこと | <input type="checkbox"/> 早寝・早起き<br><input type="checkbox"/> 相手の顔や名前を見えること<br><input type="checkbox"/> スケジュールを管理すること<br><input type="checkbox"/> 会話をすること<br><input type="checkbox"/> その他 ( )   |

# なんでも答えるNOTE Cafe Q&A

NOTE Cafeを学校で実施する場合、  
お金はかかりますか？

学校でNOTE Cafeを**導入する際の費用はかかりません**。運営資金については、法人の別事業での収益や、助成金事業などで運営しているため、年度ごとの財源の確保が課題となっています。

A

NOTEとの窓口は  
どの部署が担当していますか？

学校によって変わりますが、**進路、保健室、教頭先生などが窓口**をしていただいています。学校の中でNOTE Cafeについて周知が出来る体制、また**対応について共有できる体制だと助かります**。

A

NOTE Cafeはどのくらいの  
頻度で開催しますか？

**月1回～開催可能**です。資金の関係上、毎年上限の回数は変わりますが、それぞれ**柔軟に対応させていただきます**。

A

飲食物の提供はありますか？

現在は提供していないケースがほとんどですが、生徒の皆様に、より安心してくつろいでいただける空間になるよう、**必要に応じて飲食物の提供なども検討していきたい**と考えています。

A

学校のどんな場所を使っていますか？

**進路室の一角や選択教室など**をお借りしています。Cafeの形式によって場所も変わってきます。例えば個別対応中心であれば、あまり人目につきすぎずある程度個別対応可能な場所。広くみんなに来てもらう形であれば目に留まりやすい場所にさせていただくこともあります。**学校と打ち合わせの上検討していきます**。

A

学校と関係が切れそうな生徒の対応もしてくれますか？

学校に來れていない場合の生徒は**石巻NOTEの事業所にて個別面談、講座、実習の参加**が可能です。また、不登校気味な生徒や中退の恐れのある生徒については**NOTE Cafe開催日とは別で学校へ伺い、相談を聴くことも出来ます**のでお気軽にお問い合わせください。

A

# スタッフ紹介

## 石巻NOTE



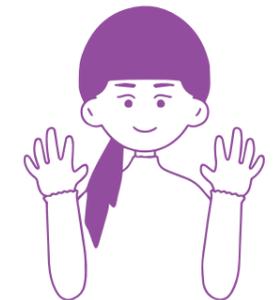
イトウ

私は高卒で働いているので高校卒業後すぐに就職する生徒の不安な気持ちを聞いたり、働いた後のイメージを湧かせるお手伝いが出来ればと思っています！  
1人1人の話をじっくり聞いて生徒それぞれの悩みに向き合っていきたいです。



ソノダ

1に真心、2に聡明、3に熱意と努力。生真面目な性格です。好きな食べ物は米と水。  
日々人生について考えています。



ナガオカ

障害福祉の領域で相談支援の経験が長いことが私のつよみです。NOTE Cafeのソーシャルワーク担当です。  
在学中から卒業後まで一人にならないためのお手伝いができたらと思っています。

## 仙台NOTE



ヤマダ

「何か始めたいけど何からやればいいの?」「周りのみんなに遅れをとって焦る」…  
などさまざまな思いを抱えている方、お話をお聞かせください。今やれること、ぜひ一緒に考えていきましょう。



コセキ

お一人お一人の魅力(宝物)を見つけ強みを引き出し、一緒に笑顔の未来を創るお手伝いをしています。Cafeではお気軽にお話ができれば嬉しいです。あんこを食べながらコーヒーを飲むのが至福のときです。



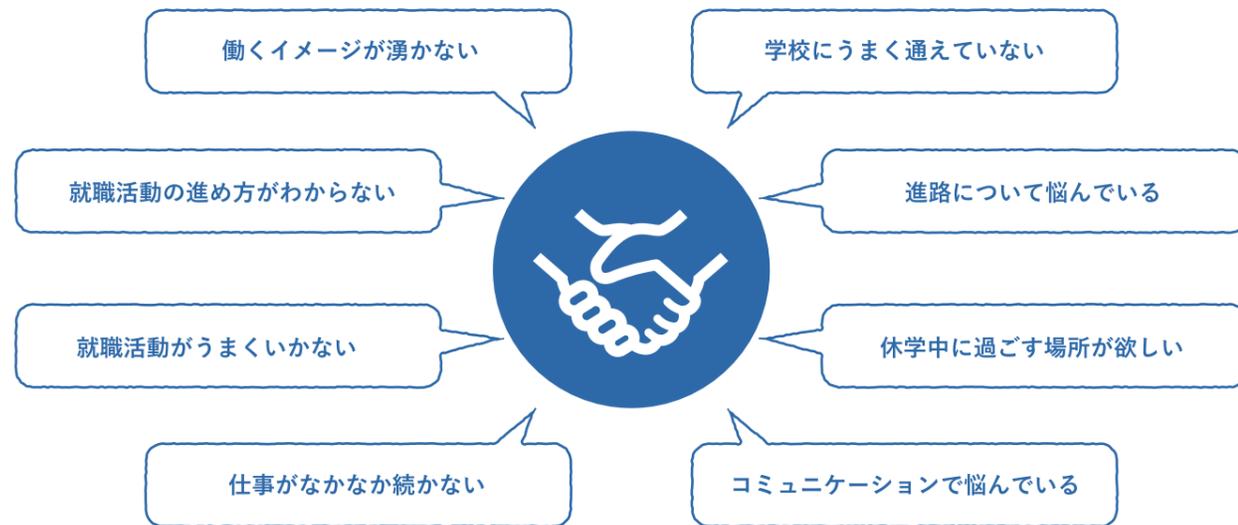
カトウ

身長が大きいことが取り柄だと思いつ込んでいます。最近は身長が高い人も増えてきて、戦々恐々としています。雑学だけは半端にありますが、使い道がないです。これまでの経験や、そこで考えたことが、みなさんのちょっとしたお力になればいいなと思っています。

## NOTE Cafeを実施している ユースサポートカレッジ NOTE って？

ユースサポートカレッジ NOTE では働くこと・学ぶことについて、  
悩み困難を抱えている 20代までの若者の進路決定を、  
ひとりひとりの希望に合わせて個別にサポートしています。

### 【こんな方が対象です】



### 事業の3つの柱

#### ① 基本サポート

- 相談支援・サポート
- 進路決定支援
- リカバリープログラム  
メンタルヘルス講座  
ストレスマネジメント  
認知行動プログラム  
生活リズムづくり  
アートプログラム 等
- 多様な経験プログラム  
色んなお仕事を覗こう講座  
ストレッチ・ダンス講座 等
- パソコン講座
- 自己分析ワーク

#### ② 就労サポート

- 応募書類作成  
履歴書、職務経歴書
- 面接対策  
面接対策シート、面接練習
- お仕事見学・体験・実習
- 求人検索、ハローワーク同行
- 職業適性検査、職業興味検査
- 就活講座、マナー講座

#### ③ 就学 / 進学サポート

- 転学・復学サポート
- 希望学校調べ
- 自習場所の提供
- 長期休みのフォロー
- 学校との連携



## 応援メッセージ

それぞれの『サードプレイス』を  
それぞれの『セカンドプレイス(学校)』で

一般社団法人 office ドーナツトーク  
代表理事 田中 俊英

中高生にはサードプレイスが必要。  
だけど地域のサードプレイスには行きにくい。

彼らのセカンドプレイス(学校)の中に、教員以外の団体が作るサードプレイスがあるということに意味があると思い、「となりカフェ」は活動してきました。

最近ではあちこちでトライする人たちが出てきましたね。高校内居場所カフェが始まって10年経ち、となりカフェモデルやぴっかりカフェモデルにこだわる時期は終わったと思っています。居場所カフェのコンセプトに「安全安心の場」「文化の伝達」「ソーシャルワークの起点」があるけれど、それぞれのカフェに個性があってよくて、ソーシャルワーク中心ならそれでいい。音楽とか飲食とかはわかりやすいから持ち込んでいるだけで、サードプレイスとして生徒にとって機能すればどんな形でもいいと僕は思います。だからセカンドプレイスの中心である教員がするのではなく、大事なのはセカンドプレイス(学校)の中にサードプレイスがあること。それが何より肝だと思っています。

大阪府立西成高等学校で  
田中さんが実施されている  
となりカフェの様子がみられます！



## 「親愛なる先生がたへ」

授業をしていると、ちょっと気になる生徒はいませんか？

授業を妨害するようなことはないし、テストの点もそれなりだけど、

なんだか気になる、寂しげな顔をした生徒はいませんか？

学校にいつも遅刻してきて、保護者とそのことについて話したいのに、

三者面談に現れることのない保護者はいませんか？

ご家庭の状況がとても気になるけど、生徒からはなんの困り感もない、

そんな、このままでいいのかなという生徒はいませんか？

そんな曖昧で潜在的な支援ニーズを抱えた生徒たちが、

そのまま卒業すると、大学や社会に出てから課題が顕在化し、

さまざまな困難に巻き込まれるリスクが高い場合があります。

そんな気になる生徒がもしもいたら、

ぜひ、校内居場所カフェに誘導していただけないでしょうか？

ゆっくりと話を聴きながら、いざというときにSOSが出せる関係を築きます。

すぐには解決しない問題が多いと思いますが、

社会資源につながる入り口が学校にあることは、

先生方にとっても、きっと安心できることだと思います。

特定非営利活動法人パノラマ

理事長 石井 正宏

## 謝辞

本冊子の作成にあたり関係者の皆様には、“NOTE Cafe”事業への温かいお言葉と今後の運営に向けた的確なアドバイスや期待の声など様々なご意見をいただきました。皆様にお力をいただいたこと誠に感謝しております。

2017年に事業を開始してからは、資金調達の難しさを感じながら、NOTE Cafeの在り方を日々模索し、運営方法や各学校との連携の仕方など「これでいいのか？」と考えながら手探りでここまでやってきました。もちろん簡単なことばかりではありませんでしたが、今こうして少しずつ形になっていること、興味を持ってくださる方がいること、大変嬉しく感じております。

地域の中で応援してくださる方々、協力してくださっている関係者の皆様に支えられていることを忘れずこれからも活動を行っていこうと思います。

今後ともNOTE Cafeをよろしくお願い致します。

ハンドブック制作チーム：伊藤 愛羅，園田 凌，長岡 千裕

### お力を借りた皆様（五十音順）

石巻市立桜坂高等学校 進路指導部長 遠藤則靖 先生

石巻市立桜坂高等学校の先生方

石巻専修大学 教授 高橋寛人先生

一般社団法人 office ドーナツトーク 代表 田中俊英 様

仙台大学 教授 氏家靖浩 先生

特定非営利活動法人 TEDIC 代表理事 大津賢哉 様

特定非営利活動法人パノラマ 理事長 石井正宏 様

特定非営利活動法人まなびのたねネットワーク 代表理事 伊勢みゆき 様

宮城県石巻北高等学校飯野川校 進路指導部長 大橋孝幸 先生

宮城県石巻北高等学校飯野川校の先生方

宮城県石巻西高等学校の先生方

宮城県教育委員会スクールソーシャルワーカー 川上芳夫 先生

宮城県貞山高等学校 増山裕子 先生

宮城県貞山高等学校の先生方

宮城県東松島高等学校 生徒支援チーム総括 針生智博 先生

宮城県東松島高等学校の先生方

グッドデザイン 特定非営利活動法人かぎかっこ PROJECT 代表 神澤祐輔 様