


2026年6月プログラム

月	火	水	木	金	土日
 オンライン参加可能	2 10:00～12:00 動画制作に挑戦！ 14:00～15:00 ハンドベルで 合奏しよう		4	5 14:00～16:00 切り絵アート体験	
	9 10:00～12:00 ビジネスマナー 基礎講座 14:00～16:00 レジンアクセサリー 制作体験		 オンライン参加可能	12 10:00～12:00 仕事で活きる PC講座 13:00～17:00 練り切り和菓子に挑戦	
	16 10:00～12:00 体験！モルック 14:00～16:00 Let's ボドゲ！			19 10:00～12:00 野州麻で ストラップを作るう 13:30～16:30 大谷資料館ツアー	
	23 10:00～12:00 働いてみよう！ 14:00～16:00 推し活推進倶楽部			26 10:00～11:00 組子細工で コースター作り 13:30～16:30 ボウリング やってみる？	
 オンライン参加可能	30 10:00～11:00 一人暮らし 準備講座 14:00～15:00 ポッチャ！				


 マークのあるプログラムは
 「ふらっぷ」に集合した後、車に乗って移動します。
 (現地に直接来ていただいても大丈夫です。)

 Instagram 公開中



 インスタグラムで
 プログラムの
 日程やようすを
 公開しています。

【お問い合わせ・お申込み】
 宇都宮市青少年自立支援センター「ふらっぷ」
 電話 028-633-3715
 メール u18060101@city.utsunomiya.tochigi.jp

プログラム内容

【宇都宮市若者自立支援ステップアップ事業】
 ☆参加希望の方は、『ふらっぽ』への登録が必要です
 宇都宮市在住の15歳〜39歳の若者で、ひきこもりや不登校、
 対人不安などから、社会とのつながりや将来に
 不安を感じているひとたちのための体験プログラムです。
 いろいろな体験を通して、自分の興味適性を知ったり
 元気をとりもどして、明日のことを考える力をつけるための
 時間をゆっくりと過ごしてください。

6月2日(火)

動画制作に挑戦! 10:00 ~ 12:00 定員3名  オンライン参加可能 Clipchampを使って動画作成の基礎を体験します	ハンドベルで合奏しよう 14:00 ~ 15:00 定員6名  ハンドベルと一緒に音楽を演奏しませんか
--	--

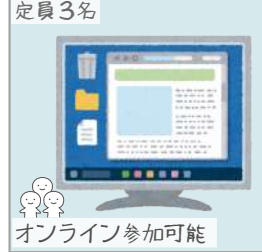

6月5日(金)

切り絵アート体験 14:00 ~ 16:00 定員4名  黒い紙をカットして緑取りを作り、色紙で装飾します


6月9日(火)

ビジネスマナー基礎講座 10:00 ~ 12:00 定員6名  新入社員が最初に学ぶビジネスマナー講座を体験します	レジンアクセサリー制作体験 14:00 ~ 16:00 定員4名  UVレジンを使ってアクセサリーを作りましょう お家の方と一緒に参加可能なプログラムです。
--	---



6月12日(金)

仕事で活きるPC講座 10:00 ~ 12:00 定員3名  知っておくと役に立つパソコンの使い方を練習します オンライン参加可能	練り切り和菓子に挑戦 13:00 ~ 17:00 定員6名  白あんや求肥を使って和菓子を作りましょう 宇都宮市 総合福祉センター
---	--

6月16日(火)

体験!モルック 10:00 ~ 12:00 定員6名  北欧発祥のゲーム『モルック』をやってみましょう 宇都宮市城址公園	Let'sボードゲ! 14:00 ~ 16:00 定員6名  みんなでボードゲームを楽しまししょう!
---	---

6月19日(金)

野州麻でストラップを作ろう 10:00 ~ 12:00 定員4名  鹿沼市の名産品『野州麻』を使って麻縄のストラップを作ってみましょう	大谷資料館ツアー 13:30 ~ 16:30 (現地 14:00 ~) 定員6名  巨大な地下空間を探検! 宇都宮市 大谷資料館
---	---

6月23日(火)





働いてみよう! 10:00 ~ 12:00 定員4名  宇都宮市社会福祉協議会様での作業体験です 宇都宮市 社会福祉協議会	推し活推進倶楽部 14:00 ~ 16:00 定員4名  百均の缶バッジ製作キットを使って、推しの缶バッジを作ろう!
--	---

6月26日(金)

組子細工でコースター作り 10:00 ~ 11:00 定員4名  鹿沼の伝統産業『組子細工』の手法を使ってコースターを作ります	ボウリングやってみる? 13:30 ~ 16:30 (現地 14:00 ~) 定員6名  一緒にボウリングを楽しませんか? 宇都宮ラウンドワンスタジアム
---	---

6月30日(火)

一人暮らし準備講座 10:00 ~ 11:00 定員6名  一人暮らしに必要な知識を一緒に整理しましょう オンライン参加可能	ボッチャ 14:00 ~ 15:00 定員6名  屋内スポーツ『ボッチャ』を体験しませんか?
---	---

 自分ペースで主にひとりで行うプログラム	 先生と1対1ひとりずつ順番のプログラム
 他の人と一緒に作業をしたりお話をしたりすることがあるプログラム	 おうちの方と一緒に参加可能なプログラム