

迷ったとき、そっと開いてほしい一枚です。

18歳の壁 |

3つの進路を一緒に整理するシート

「全部いま決めなくて大丈夫」

ゆっくり、一緒に考えましょう。



今の不安を
言葉にできる



選択肢が
整理できる



将来が少し
見通せる


行政書士 田中慶

福祉と「親なきあと」に伴走します

☎ 06-4400-8748 ✉ mail@office-tanakakei.com

＼無理に全部を書かなくて大丈夫です／

今、思いつく範囲でゆっくり整理していきましょう。

 まずは今気になっていることを書いてみませんか？

進路や将来で不安なことは？

学校・就労・生活で「迷っていること」は？

本人の好きなこと・得意なこと・苦手なこと

今の状況で困っている場面や気になること

その他、今の気持ちや考え

※ 書けるところからで大丈夫です。空白があっても問題ありません。

※ 後で書き足していく形でもOKです。

＼ 3つの進路を並べて見比べてみましょう ／

書けるところからで大丈夫です。

迷ったら空白でOKです。

進路	よいところ・期待している点	心配な点	必要な準備 / 情報源	最初の一步
就職				
通所 (B型・生活 介護など)				
生活 (親元/ グループ ホーム等)				

今日書いてみて感じたこと・気づいたこと

1行目

2行目

※ 書けたところからでOKです。

※ 後から書き足す形でも大丈夫です。