

# 寄り添いシート

## ～あなたらしい生き方を～

|         |           |
|---------|-----------|
| お名前     | 職業        |
| 住んでるところ | 私を知ったきっかけ |

|                   |
|-------------------|
| 今日お話ししたいことはなんですか？ |
|                   |

そのお悩みで何が1番辛かったり  
不安だったり、悲しかったりしますか？

〇〇さんは周りの人に  
どんな風にしてもらいたかったですか？

〇〇さんはどんな自分になりたいですか？

その時の〇〇さんってどんな気持ちですか？

今日の振り返り

