みらい百花ワークシート　　　　　　　　　　　　　　年　　　組　　　番　氏名

キャリア（生きる・働く）についての

“ジブン軸”を知ろう！

進学先で何を学ぶ？将来どんな仕事に就く？そして、どんな人生を歩んでいく…？

これからの人生で重要な選択をするとき、その判断基準にできるのが、“ジブン軸"。

あなたの“軸"となる3要素：「価値観」「能力」「興味・関心」について、これまでの経験をふり返りながら考えてみよう!！

【WORK1】“ジブン軸”となる3要素を整理しよう！

➀価値観 あなたが日頃大事だと思っていることや、将来働くときに大事にしたいことは何ですか？

　〇あてはまる、△少しあてはまる、×まったくあてはまらない…とチェックをつけたり、空欄に自分が考える「価値観」を書いてみよう

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 好きなことの追求 |  | 思いやり・人助け・優しさ |  | 自分らしさ・素直 |
|  | 創造・変化 |  | 信頼・チームワーク |  | 自立・自由・独立 |
|  | 専門性・向上心・成長 |  | 挑戦・勇気 |  | 自分の時間・趣味 |
|  | 安定・平穏 |  | 地域・社会への貢献 |  | 経済的な豊かさ・地位・名声 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

②能力 あなたの得意なこと、やっていて苦にならないこと、知識や経験があることは何ですか？

〇あてはまる、△少しあてはまる、×まったくあてはまらない…とチェックをつけたり、空欄に自分が考える「能力」を書いてみよう

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 文章を書いたり読んだりする |  | 新しいことに取り組む・受け入れる |  | 計算をする、数字を扱う |
|  | 人と話しｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝをとる |  | 絵・音楽・動画・ゲームなどを作る |  | 困っている人を助ける |
|  | パソコンを使って作業をする |  | 周りへの気配りをする |  | 地道にコツコツ続ける、努力する |
|  | 細かな作業をする |  | 歴史や社会、自然について調べる |  | 運動をする、体を使う |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

字がキレイ、足が速い、電車に詳しい、ゲームが作れる…どんなことでもOK、たくさん出してみよう！

③興味・関心 あなたの 好きなこと、楽しいこと、気になることは何ですか？

|  |  |
| --- | --- |
| 好きなこと、楽しいこと | どんなところが？なぜ？まで具体的に書いてみよう！ |
| 例1）　ゲーム | 世界観やキャラクターが好き　　没頭できるから　 友達と一緒に楽しめるから |
| 例2）　まちづくり | 地元が好き　　　空き家が増えてきて気になっている |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

参考キーワード

自動車／機械／ものづくり／音楽／子ども／歴史／スポーツ／AI／スマホ／科学／映画

アニメ／ファッション／生き物／宇宙／旅行／海外／アイドル／料理／美容／建築…など

【WORK2】“ジブン軸”をまとめよう！

次に、各要素を３つ～５つくらいに絞り、下の図に現時点での“ジブン軸”となる 3 要素をまとめていこう！

“軸”は人それぞれ違うもの。正解・不正解はありません。また、今は分からなくても、

経験を重ねていくことで見つかったり、変わったりするものです。ありのままに考えてみよう！

|  |
| --- |
| **記入した日：　　　 年　　 月 　日** |

ネガティブ（苦手・これは違うと感じること）も円の外に書いてみよう！

記入例：×最新の機器

その反対の「伝統」や「継続」などが

あなたの価値観である可能性も…。

色々な角度から考えてみよう！

※定期的に見直そう！

【WORK3】グループで発表しよう！

“ジブン軸”を発表し合って、気づいたことを伝えよう（“ジブン軸”を手直ししてもO K）。

自分と異なる点や「いいな」と思った点を伝えたり（例１）、“ジブン軸”に追加できそうなことを一緒に考えよう（例2）

例１：「私は『創造・変化』という価値観は持っていなかったけど、前向きな感じがしてすごくいいね！」

例２：「休みの日も6時に起きているって言ってたから、『地道にコツコツ続ける』もあなたの能力なんじゃない？」

|  |
| --- |
| メモ（気づいたこと） |



みらい百花ワークシート 　　年　　組　　番　氏名

記入例

キャリア（生きる・働く）についての

“ジブン軸”を知ろう！

進学先で何を学ぶ？将来どんな仕事に就く？そして、どんな人生を歩んでいく…？

これからの人生で重要な選択をするとき、その判断基準にできるのが、“ジブン軸"。

あなたの“軸"となる3要素：「価値観」「能力」「興味・関心」について、これまでの経験をふり返りながら考えてみよう!！

【WORK1】“ジブン軸”となる3要素を整理しよう！

➀価値観 あなたが日頃大事だと思っていることや、将来働くときに大事にしたいことは何ですか？

　〇あてはまる、△少しあてはまる、×まったくあてはまらない…とチェックをつけたり、空欄に自分が考える「価値観」を書いてみよう

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 〇 | 好きなことの追求 |  | 思いやり・人助け・優しさ |  | 自分らしさ・素直 |
| 〇 | 創造・変化 |  | 信頼・チームワーク | 〇 | 自立・自由・独立 |
|  | 専門性・向上心・成長 | 〇 | 挑戦・勇気 |  | 自分の時間・趣味 |
| × | 安定・平穏 | △ | 地域・社会への貢献 | 〇 | 経済的な豊かさ・地位・名声 |
| 〇 | 美 |  |  | × | ルール |
|  |  |  |  |  | 「これは嫌」「違う」と思う  ことを書くのもよい |

②能力 あなたの得意なこと、やっていて苦にならないこと、知識や経験があることは何ですか？

〇あてはまる、△少しあてはまる、×まったくあてはまらない…とチェックをつけたり、空欄に自分が考える「能力」を書いてみよう

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| × | 文章を書いたり読んだりする | 〇 | 新しいことに取り組む・受け入れる | × | 計算をする、数字を扱う |
|  | 人と話しコミュニケーションをとる | 〇 | 絵・音楽・動画・ゲームなどを作る |  | 困っている人を助ける |
|  | パソコンを使って作業をする |  | 周りへの気配りをする |  | 地道にコツコツ続ける、努力する |
| × | 細かな作業をする |  | 歴史や社会、自然について調べる | 〇 | 運動をする、体を使う |
| 〇 | 猫の世話 | 〇 | 猫の写真を毎日インスタにあげる |  |  |
| 〇 | 美術、家庭科 |  |  |  |  |

字がキレイ、足が速い、電車に詳しい、ゲームが作れる…どんなことでもOK、たくさん出してみよう！

③興味・関心 あなたの 好きなこと、楽しいこと、気になることは何ですか？

|  |  |
| --- | --- |
| 好きなこと、楽しいこと | どんなところが？なぜ？まで具体的に書いてみよう！ |
| 例1）　ゲーム | 世界観やキャラクターが好き　　没頭できるから　 友達と一緒に楽しめるから |
| 例2）　まちづくり | 地元が好き　　　空き家が増えてきて気になっている |
| 休みの日、街で人間観察 | 人の服装をみるのが面白い |
| バスケ | 友達とか他校の人とも同じ話題で話せる　勝てると嬉しい |
| 服 | おしゃれが楽しい　集めるのが面白い |

参考キーワード

自動車／機械／ものづくり／音楽／子ども／歴史／スポーツ／AI／スマホ／科学／映画

アニメ／ファッション／生き物／宇宙／旅行／海外／アイドル／料理／美容／建築…など

【WORK2】“ジブン軸”をまとめよう！

次に、各要素を３つ～５つくらいに絞り、下の図に現時点での“ジブン軸”となる 3 要素をまとめていこう！

“軸”は人それぞれ違うもの。正解・不正解はありません。また、今は分からなくても、

経験を重ねていくことで見つかったり、変わったりするものです。ありのままに考えてみよう！

進まない生徒や

時間があまった生徒には

「嫌と思うこと」を欄外に書いてもらうのもよい

|  |
| --- |
| **記入した日：　2025年　11月 11日** |

好きなことの追求

創造

・➀②③で重なるものは、位置を

変えて表現するなど、視覚的に

も工夫する

×　ルール

自由・独立

新しいことを考える

知らない人と話す

写真をとる

表現する

服を作る・考える

運動をする

悩み相談をきく

WORK3から気づいたことは色をかえて記入する（青字）

【WORK3】グループで発表しよう！

“ジブン軸”を発表し合って、気づいたことを伝えよう（“ジブン軸”を手直ししてもO K）。

自分と異なる点や「いいな」と思った点を伝えたり（例１）、“ジブン軸”に追加できそうなことを一緒に考えよう（例2）

例１：「私は『創造・変化』という価値観は持っていなかったけど、前向きな感じがしてすごくいいね！」

例２：「休みの日も6時に起きているって言ってたから、『地道にコツコツ続ける』もあなたの能力なんじゃない？」

|  |
| --- |
| メモ（気づいたこと）  コウタさんより）人の悩み相談をうけることが多いのでは→能力？  カオリさんより）「服を着るのと作るのだとどちらが好きか？」→組み合わせを考えるのが面白い気がする。  　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　どちらかというと作る方か。  ユナさんより）「ルールが嫌なのはなぜか？」→押しつけられる感じがする、自由に行動したい。 |

