



mirai hyaku 活用ガイド

—先生用 授業進行資料—

若者の未来(あす)をリードする
ASLEAD NPO法人アスリード



みらい百花 活用ガイド もくじ

コンテンツ紹介	3P
読み方・使い方	4P
ワークシート活用ガイド	5P
ワークシート①「働く」って何だろう？	6P
ワークシート②社会人インタビュー	8P
ワークシート③“ロールモデル”を探そう！	11P
ワークシート④キャリア(生きる・働く)についての“ジブン軸”を知ろう！	13P
ワークシート⑤わたしの進路	17P

みらい百花ってなに？ —「キャリア教育」の教材としてご活用ください—

働く大人たちの“キャリア”を読み解き、自分らしい“未来”を見つける
中高生のためのキャリア教育支援誌 です！

みらい百花は、若者たちが早い段階から自分の将来と向き合い、
いつか大人になったとき、社会で“自分らしい花”を咲かせて欲しいと願いを込めて作られました。

掲載されている大人たちも、学生時代は進路に悩み、紆余曲折を経て今の仕事に就いています。
その人生ドラマをこの一冊にギュッと凝縮していますので、生徒の皆さんの将来の選択肢を広げ、
ありがたい姿、なりたい自分を考える一助となれば幸いです。

ワークシートはWordで作成しておりますので、必要に応じて加工してご使用ください。
その他、授業での活用に関するお困りごとがありましたらお気軽にご相談ください。

みらい百花が、一人でも多くの若者たちの未来に役立つことを切に願っております。

『みらい百花』編集室



活用してくださる生徒・先生・学校の声をお待ちしています！

『みらい百花』制作・発行



Mail: info@aslead.org

TEL: 045-325-8801

FAX: 045-325-8802

〒224-0023

横浜市都筑区東山田4-40-23Cafe&Factory DEN 内
(リモートオフィス ※常設の事務所ではありません)



『みらい百花』をさらに生徒たちや先生方に役立てていただけるよう、
貴校での活用の様子を見学させていただきませんか。

また、活用後の感想やご意見もぜひお寄せいただけますと幸いです。
配送先の担当先生へご相談の連絡をさせていただく場合もありますので
あらかじめご了承くださいませと幸いです。

—お気軽にお問い合わせください！—

☐ 授業での使い方を聞きたい

☐ 社会人・企業とコラボしたキャリア教育・総合学習をしたい …など

みらい百花 コンテンツ紹介 ※冊子P4/P5参照

みらい百花

CONTENTS -もくじ-

未来に“自分らしい花”を咲かせるためのキャリア図鑑

巻頭特集 NEW

私のキャリアに影響を与えた 人生の“選択”×“今”の自分

- 8 建築技術士 株式会社ヨコソー 精密機械・製造装置 組立技術者 株式会社大造
9 建築調査・分析 株式会社オオスミ 土木工事 営業事務 岡村建築株式会社
10 バス・トラック 開発整備・設計 東急テクノシステム株式会社 産業用ヒーター 製造 株式会社スリーハイ

横浜市立中川中学校の生徒たちのアイデアをもとに構成した特別企画を掲載！

職業インタビュー 1

- 12 仕事もやりたいこともすべて 自分で決めて一歩を踏み出す
金型製造 プログラミング 昭和精工株式会社
14 チャレンジすることで変わっていき 私、そして広がる世界
ペーカリー 店舗統括・販売 株式会社ボンバドゥル
16 誰にも負けない強い心で挑む！自動ドア内部の熱き戦い
自動ドア メンテナンス工務 株式会社神奈川ナブコ
18 ゼロから図面を描き 自分の手で“究極の水”を提供する喜び
濾過装置・プラントエンジニアリング 設計 日本濾水機工業株式会社
20 図面を建物へ 想いを未来へ 大工さんの端材がくれた夢
建築工事 現場監督 株式会社来港建設
22 お客様の人生が動き出す 夢と希望のその先へ
不動産 売買仲介 東急リパブリック株式会社
24 一度は遠ざかった夢再び 「自分の色」で発信しよう
太陽光発電 広報 株式会社サンエー
26 重ね続けた挑戦の数が 人生を彩る「下地」になる
建築会社 経営 サンキホーム株式会社
28 タイから来た二人がつなぐ 大協技研工業の粘着技術
大協技研工業株式会社
30 支える 守る 未来をつくる 見えない場所だからこそ 揺るぎないプライドを
株式会社イー・ケー・エス
32 創造的で終わりのない “職人”の仕事
協栄建設協同組合

社会人の人生にフォーカスした2ページの記事。
仕事への思いや進路選択の迷いなどもたっぷり読める。

“組織”そのものにフォーカスし、仕事の魅力やそれぞれの役割について学べる誌面も。

職業インタビュー 2

- 34 一人ひとりと心を通わせ つないでいきたい“信頼のバトン” 商業施設 運営・管理 株式会社横浜開田屋
36 切り拓いた道の上で目指す 世界で一番頼れるパートナー！ 海外不動産 営業 富士リアルティ株式会社
38 電話の先の景色を読み解き 「困った」を「安心」に取り換える 自動車販売・整備 パーツスタッフ 神奈川三栄自動車販売株式会社
39 正解のない日々のなかに見つけた 自分なりのプレイスタイル 福祉用具 営業 株式会社メディケア
39 貫き続けた思い強い “美しい自然を守りたい！” 産業物産製造 製造 マニファスツ管理 横浜環境保全株式会社
39 新たな出会いと発見の日々 「できることが増える」を楽しむ！ 産業機械製造 広報 株式会社ナックス
40 「分からない」を成長に変え 「ありがとう」を送り届ける プリント基板 販売 株式会社シーエス工業
41 自ら築いた土台の上に 新たな“暮らし”が息づく喜び 建設・土木 施工技術者 門倉土木株式会社
42 みんなの力がつながる瞬間 巨大な鉄骨が立ち上がる 設備 施工管理 池田施工株式会社
43 未来を見据えた道のりが今 街を動かす力となる 電気設備の検 技術者 株式会社日本電力サービス

社会人の人生にフォーカスした1ページの記事。
ぎゅっと短くまとまっているので読みやすい。

社長に聞く！

- 44 関わる人すべてをHAPPYに 笑顔の花咲く未来へ舵を切る
株式会社ヨコレイ

社会人の中でも“経営者”にフォーカス。
将来の選択肢として考えるきっかけにも。

職業インタビュー -キャリアを彩る6ピース-

- 45 仕事も働き方も自分らしく 「おいしい」と「笑顔」が循環する未来をつくりたい
学校給食 調理師 ハーベストネクス株式会社
48 私のエネルギーはいつだって “不思議”を解き明かす好奇心
製品開発・設計 エンジニア 株式会社アルプス技研
50 広い視野で現場をつなぎ 最高品質を守っていく
コンタクトブロー設計・製造・販売 工程管理・品質管理 株式会社サンケイエンジニアリング

社会人の人生を6つのピースにわけて読みやすくした記事。
ピースを一つずつ読みくらべることもできる。

特別企画 勉強×仕事 今の“学び”は、未来につながる!?

- 52 精肉店・デリカタッセン 店長 肉屋青平 (株式会社エムワイ) 精密プレス加工 営業企画 株式会社キョウワハーツ
54 建築 内装工事 株式会社南荘石井事務所

今の“学び”が、未来にどうつながるかにフォーカス。
勉強への取り組みや学校生活を見直すきっかけに。

地域のために働く大人

- 55 この街で暮らし みんなを守る “消防団”という仕事 都筑消防団 第四分団 第4班

「会社で働く」だけではない、地域のために活動する大人を紹介。

もっと知りたい！学校の先生

- 56 世界をつなぎ笑顔をつくる それがあなたの「言葉」の力 横浜市立中川中学校

生徒に一番身近な“先生”の仕事、その“想い”にフォーカス。

- 57 編集室ページ 色々な中学校で「課題解決型職業講話」に取り組んでいます

- 58 協力企業・団体リスト

- 60 みらい百花ワークシート

授業で活用できる、編集部おすすめのワークシート。
職業講話の事前学習に使う学校も！

- 62 あなたが気になる大人は？ “個性”から探す社会人リスト

- 働く大人たちの“パーソナリティINDEX”

今号に掲載されている社会人の「趣味・長所・短所・憧れの人」を一覧で紹介。気になるページをめくってみよう！

みらい百花 の読み方・使い方 (見開き2P/1Pの記事について)

業種・職種

中学生にもイメージしやすい
名称にしています。

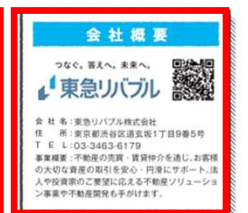
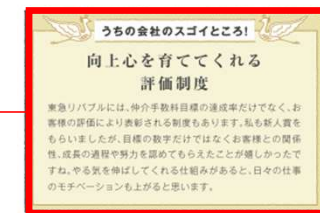
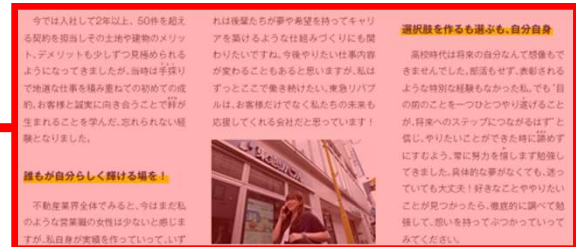
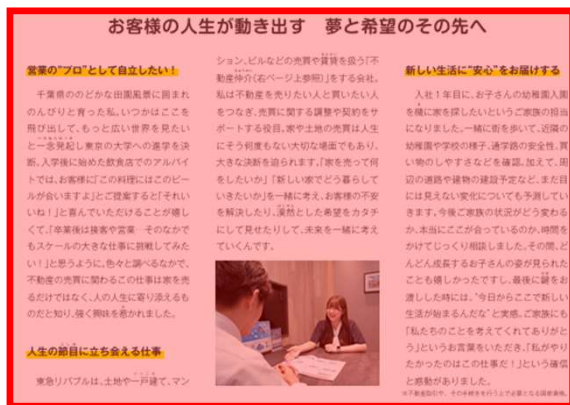
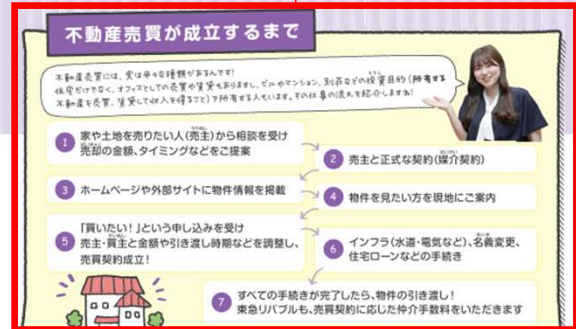
道のり

仕事に就くための学歴や経歴は様々…！

※卒業生が掲載されていたら、ぜひコメントをお寄せください！

企業のイチオシポイント(見開き2ページ掲載のみ)

企業として力を入れている取り組みや、業界の専門的な知識
などを写真を交えて詳しく解説！



本文

- ・どんな子ども・学生時代だったのか？
- ・どうやって今の仕事に就いたのか？
- ・仕事で大切にしていることは？
- ・挫折や失敗経験は？
- ・この仕事のやりがい？
- ・今後の目標は？
- ・中高生に伝えたいことは？

など、その人だけの人生を凝縮しています！

コラム

- ・仕事につながる勉強・教科
- ・私の選んだ学部・学科
- ・思い出の恩師
- ・私が大事にしているコトバ／コト
- ・仕事に役立つ資格
- ・うちの会社のスゴイところ！

など、取材した社会人にとって
大切な部分を深掘りしています。

会社概要

掲載企業の概要を短くまとめました。
QRコードからwebサイトにリンクします。

今号は、中川中学校の生徒の皆さんが
考えた「読みたい記事」のテーマも
コラム内容に採用しています！
「こんなコラムが読みたい」というお声、
ぜひ編集室にお知らせください！

課題解決型職業講話 実践中！

やってみて！という先生は
ご連絡くださいませ。



『みらい百花』の
記事を読む



気になった企業をアスリードに
コーディネート依頼



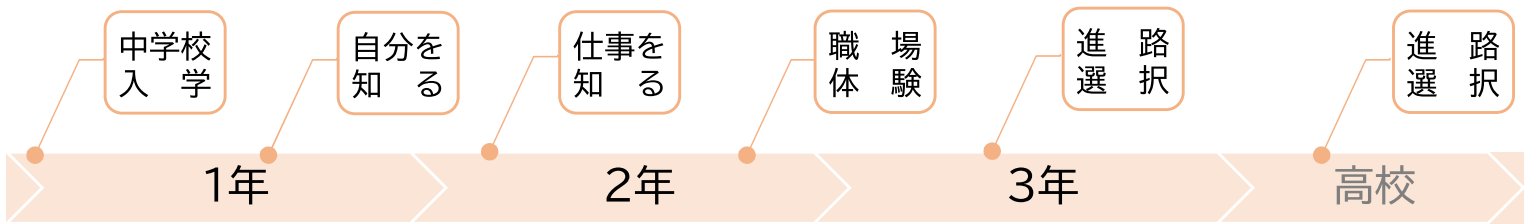
企業が提示する課題について
調べ学習やグループワークを実施



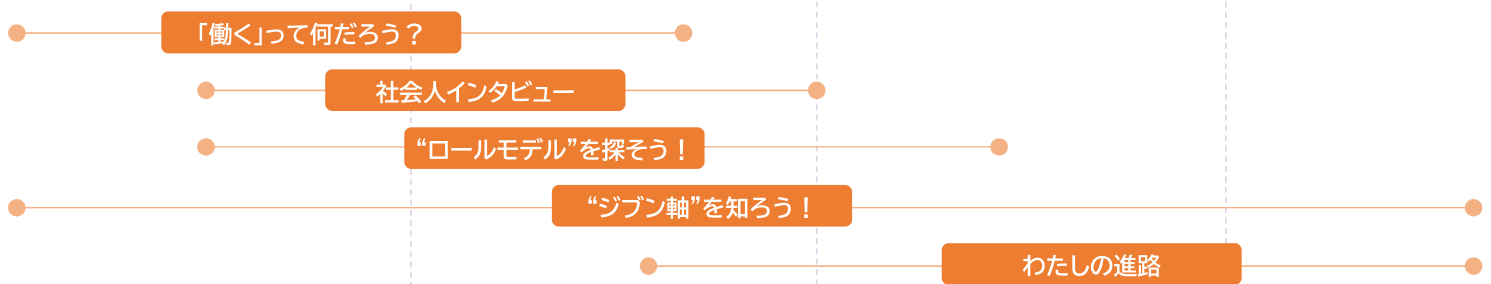
参加企業の前で、生徒が課題解決案を発表
企業によるフィードバックも

ワークシートを活用しよう！

【中学～高校のキャリア教育の流れのイメージ】



【ワークシート活用時期の例】



【ワークシート詳細】

ワークシート名	ガイドページ	ワークシート活用で育む力	活用場面	みらい百花参照ページ
1 「働く」って何だろう？	6-7	・職業について理解する ・生き方や進路について考える	・キャリア教育導入 ・職場体験事前学習	P8-P56 インタビューページ
2 社会人インタビュー	8-9	・職業について理解する ・生き方や進路について考える ・情報収集する ・まとめて表現する	・職場体験事前学習、事後学習 ・職場体験代替 ・国語、英語、情報との横断授業	P8-P56 インタビューページ P4-5 P62-63
3 “ロールモデル”を探そう！	10-12	・生き方や進路について考える ・情報収集する ・情報を整理・分析する	・職場体験事前学習 ・進路学習 ・国語、英語との横断授業	P8-P56 インタビューページ
4 キャリア(生きる・働く)についての“ジブン軸”を知ろう！ 別添「ジブン軸」スライドあり	13-14	・自分を理解する ・自分の能力に気づく	・キャリア教育導入 ・進路学習導入	P60-61 カラーワークシート
5 わたしの進路 どう選ぶ？どう出会う？	15-18	・職業について理解する ・生き方や進路について考える ・情報収集する	・進路学習導入	P8-P56 インタビューページ ※P45-51

「働く」って何だろう？

授業 時数	育む力	活用場面	ワークシート概要
1コマ	・職業について理解する ・生き方や進路について考える	・キャリア教育導入 ・職場体験事前学習	・お金のため？それとも社会のため？働く理由やその意義を自分で想像してから、記事を読んで社会人の考え方を知ります。自分の考え方も変化するかもしれません。 ・キャリア教育や、職場体験学習の導入におすすめです。 ・働く理由ややりがいは、取材対象者一人ひとり異なります。ずっと同じ方もいれば、仕事を通して変化することも…。

【授業 進行案】

流れ	授業進行 「先生コメント例」	◇備考
導入 ・ WORK1 (10分)	■ねらいの確認(2分) 「この時間を通して、これから自分の“キャリア”について考えていきます。 “キャリア”とは生き方そのもののことですが、その大部分を占めるのが「働く」ということ。 この後職場体験も予定していますので、この時間はまず「働く」ことについて考えてみよう。」 【WORK1】(3分) ・「3分とるので、直感で、みんなのイメージを書いてみて。」 ■仕事に関する概要の説明(5分) ・社会における仕事の多様さ、イメージとのギャップがあることを説明 「日本には約368万社の企業がある(総務省:令和3年経済センサス)」 「日本にある職業の数は18,725種類(厚生労働省編職業分類2022年改訂版)」 「そのうち99.7%が中小企業(中小企業庁(2021年))」 ・WORK2の一番上にメモをさせる 「4～5Pのもくじにオレンジ色で仕事の種類(業種・職種)、その後に会社名が書いてあります。 そのうちみんなが知っているものは何個ある？」	
WORK2 WORK3 (20分)	【WORK2】【WORK3】(個人記入) ・記事を読み、登場する方の「働く理由」を考えさせる ・「もくじの4・5Pや巻末の62・63Pから、気になる記事を1つ選んで決めてください。 興味のある職業はもちろん、かっこいい、まったく知らないからという理由でもOKです。」	◇「働く理由」はすべての社会人にあるはずなので、なるべく普段ふれたことのない仕事にふれさせたい
WORK4 (10分)	【WORK4】…グループワーク 「他の人の話を聞いて面白く感じたことや記事の内容などをメモしましょう。」	◇「働く」ことの理由がそれぞれ異なり、その中でも共通する点もあること、またメンバーで受け止め方も異なることなどに気づけるとよい
WORK5 (8分)	【WORK5】…個人記入 「働くことの理由ややりがいについて、イメージの変化があればかいてみよう。 もし自分の中でイメージができていたら、それも書いてみよう。」 ・最初との考え方の変化、他の生徒の話を聞いて変化があった点を記入	
まとめ (2分)	■まとめ 「様々な仕事がこの社会にはあり、働く理由ややりがいも1つではないことを感じたのではないでしょう。職場体験でも、目の前の大人がどんな風に働いているのか、ぜひ聞いてみよう。そして、自分なりの働く理由を考えていこう。」	

記入例

「働く」って何だろう？

みらい百花の中から、気になった仕事を選んでみよう！そこで働く大人は、どんなやりがいをもっている？

【WORK1】まずは直感で書いてみよう！

大人は何のために働いている？ どんなことをやりがいとして働いている？	お金をかせぎ、生活をするため お客さんに喜んでもらうため
---------------------------------------	---------------------------------

【WORK2】もくじ(4・5P)またはパーソナリティ INDEX(62・63P)をチェック！→気になった社会人の記事を読もう。

知っている会社または職業の数(7)個 (日本には 18,000 種の職業)	
記事【会社名:大協技研工業株式会社 業種・職種: 選んだ理由 「タイから来た」というタイトルで、外国で働くってどんな感じなのかなと興味を持ったから。	名前: T さん・S さん 「職業インタビュー」のページは、比較的「やりがい」のポイントを読み取りやすい！

【WORK3】WORK2 で調べた方は、何のために働いていましたか？どんなやりがいを感じていましたか？

(キーワードをぬきだしても OK！) T さん…お客さんに安心して買ってもらえるように。自分で開発した製品を世に送り出したい。 知識や技術で「負けたくない」 S さん…「会社の品質を守る」という誇りを持っている。レベルアップしたい。優しくしてくれる仲間のため。

【WORK4】グループで、WORK2・3 を共有し、働く理由や、やりがいについて考えよう。

気付いた点(共感、知らなかった、不思議に思った、など) 自分の知らない仕事はまだたくさんあるし、知っている仕事でも「こんな役割があるのか」と初めて知ることが多くあった。 じっくり準備して仕事に就いた人もいれば、未経験の知らない仕事に突然出会った人もいた。 どの大人も、自分の仕事に責任を持って取り組んでいるんだと感じられた。	「職業名」だけでなく、 どんな風に働きたいかなど 一歩踏み込んで考えてみよう
---	--

【WORK5】今日の WORK1～4 をやり終えた “今の自分” の考えを書いてみよう。

最初と比べ「働く」イメージの変化はありますか？ 仕事は大変だと思っていたけど、「楽しい」「成長できる」と思っている大人が多く、面白さも感じられるものなんだと思えた。	あなたは何のために働きたいですか？ どんな仕事をしてみたいですか？ 自分のため。チャンスがあれば海外で働いてみたい。 自分がやっていて楽しいと思える仕事に就けると、やりがいも大きくなったと思った。
---	---

授業 時数	育む力	活用場面	ワークシート概要
			・みらい百花の記事を参考に、身近な社会人にインタビューし、インタビューメモから、簡単な記事の作成に挑戦します
1～3 コマ 課題 など	・職業について理解する ・生き方や進路について考える ・情報収集する ・まとめて表現する	・職場体験事前学習、事後学習 ・職場体験代替 ・国語、英語、情報との横断授業	応用例
			・校内への掲示やスライド作成による発表など、発表・まとめの実践と できます ・職場体験や修学旅行先の方にインタビューをしての活用もできます ・国語や英語の教科学習と横断しての実践もできます

【授業 進行案】

流れ	授業進行 「先生コメント例」	◇備考
事前指導 (①コマ)	■ねらいの確認 「仕事や働く大人のことについて、みんなどのくらい知っていますか？ 今の仕事にどうやって就いたのか、誰のために、具体的にどんな仕事をしているのか・・・ みんなの身近な人にインタビューをして、それをまとめてみましょう。」 ■ワークシート(インタビューシート／記事シート 2種)・みらい百花を配布 ・「インタビューをもとに、記事を作成します。みらい百花の記事を参考にできます。」	◇保護者向けお便り作成 キャリア教育の必要性や考え方を共有し、インタビューへの協力を事前依頼できるとスムーズ 家庭で進路や将来について考える機会にもなります
	■方法・流れについて説明 【WORK1:対象者を決めよう】 【WORK2:アポイントをとろう】 【WORK3:インタビューをしてみよう！】 ※次回 【WORK1:対象者を決めよう】 ・家族、親戚、近所の人など 「職業・職種についてはわかる範囲で、みらい百花の左上の部分を参考に記入しましょう。」 【WORK2:アポイントをとろう】 ・電話でのコミュニケーションやマナーを身につける機会とできる 「アポイントの内容は先生に報告してください。」 【WORK3:インタビューをしてみよう！】 (次回やること) 「この質問は、実際にみらい百花の取材の際に行われているものです。 他にも聞きたいことがあれば質問できるように、事前に質問を考えておきましょう。」	◇対象者が見つからない場合は 学校職員など候補も考えておく ◇学校から電話をする際は ・電話対応のシナリオ ・複数台の電話 ・不在や折返し電話への対応 など準備しておくとうい ◇家族以外の場合は、2人だけにならない場所というルールにする(安全のため他の人の目がある場所に)
課題など (②コマ)	【WORK3:インタビューをしてみよう！】	◇インタビューシートや記事シートは、生徒の編集もOK
事後指導 (③コマ)	■記事(文章)を作成する 「インタビューシートを読み直し、キーワードやポイントだと思ふところに線をひこう」 「そこを中心に文章を書いてみよう。難しい人は箇条書きでもOKです！」 ■記事(キャッチコピー)を作成する 「みらい百花で面白いと思う見出し(キャッチコピー)を参考に、取材対象者の仕事を短い言葉で表現してみよう。」 ■記事を完成させる 「文章で行き詰まった際は近くの人に読んでもらい意見をもらおう。」 「編集後記や写真・イラストも入れよう。」	◇P4-5のもくじを参考に ◇グループワークで、お互いの文章を読み合いキャッチコピーを考えるなどのワークもできる
完成後	・教室内や廊下への掲示を実施 ・キャリアパスポートに入れていく	◇保護者へのお礼・報告お便り 編集後記やキャッチコピーを抜粋し、保護者にも情報を共有

記入例

社会人インタビュー

身近な家族や親せき、地域の大人はいったいどんな仕事をしているんだろう？
記者になって取材をしてみよう！

【WORK1】プロフィールを確認しよう！

お名前 △△ △△ さん(50歳)	会社名: 株式会社 OA スペシャル
職業・職種など(美容師、自動車販売…): コピー機 販売	

【WORK2】アポイント(約束)をとろう！

取材日: 2026年10月31日	時間: 午後1時～2時 …約1時間を見込もう
場所: 横浜市〇〇区〇△町1-1	(出発時間、行き方) 12:30 出発 徒歩

【WORK3】取材をしてみよう！

可能であれば、録音しておけると安心。

Q.この仕事に就いた経緯・きっかけを教えてください。

尊敬する部活の先輩がこの会社にて勧めてくれたので、応募。

機械は得意ではなかったが、人とコミュニケーションをとるのは好きだったので営業の部署に。

Q.お仕事の内容を教えて下さい。

OA 機器の販売。OA 機器とはオフィスオートメーションという意味で、コピー機やパソコン、電話機など仕事をするうえで必要不可欠な機器を販売。

Q.その仕事は身の回りでどんな風に役立っていますか？

今、仕事をするうえでパソコンを使っていない会社はない。

色々な仕事を機器で支えているので、なくてはならない仕事だと思う。

Q.仕事をしていてやりがいを感じる瞬間はどんなときですか？

迷惑 FAX が多いお客様には PCFAX を提案したりする。お客様から「コスト(経費)が下がった」「仕事がより便利になった」など感謝の言葉をいただけると一生懸命提案してよかったと感じる。

Q.あなたからの質問！(どんな人がこの仕事に向いていますか？)

しっかり人の話を聞ける人。お客様からの要望をヒアリングしたうえで数多くある OA 機器の中からベストなものを提案する必要がある。売りたいものを売るのではなくお客様が本当に必要だと思うものを提案するのが営業の仕事。

職業インタビュー INTERVIEW

OA 機器
営業

※職業・職種

株式会社 OA スペシャル K・S さん (50 歳)

会社名/取材対象者さんのお名前(イニシャルで)

掲示する場合、個人情報の
扱いにご注意ください

デザインは、スライドや
CANVA 等自作も OK!

※働いているところの写真や似顔絵



※この仕事をあらわすキャッチコピー

日本中の企業を元気にする仕事

部活の先輩に会社の雰囲気のよさを聞き、苦手な分野ではありましたが就職を決めました。

私の現在の仕事は、コピー機や電話機など仕事に欠かせない OA 機器を販売することです。お客様より相談をいただきヒアリングしたうえで提案をします。迷惑 FAX が多いお客様には、紙に出さないでパソコン上で確認できる PCFAX を提案したりします。「コスト(経費)が下がった」「仕事がより便利になった」とお客様から感謝されると頑張ってたったよかったなあと思いますね。

売りたいものを売るのではなくお客様が本当に必要だと思うものを提案するのが営業の仕事なので、人の話をしっかり聞ける人がこの仕事に向いていると思います。

編集後記

お父さんの仕事を少し知ることができました。いつも疲れて帰ってくる姿だけしかみていなかったけど、仕事の話が聞けて苦勞が分かりました。
営業は話上手なイメージだったけど、確かにお父さんは自分の話もよく聞いてくれるので、あっているのだなあと思いました。

取材担当

1 年 3 組 27 番

氏名:

〇〇 〇〇

“ロールモデル”を探そう！

授業 時数	育む力	活用場面	ワークシート概要
1～2 コマ	・生き方や進路について考える ・情報収集する ・情報を整理・分析する	・職場体験事前学習 ・進路学習 ・国語、英語との横断授業	・様々な視点で「目指したい」「憧れる」身近な大人を探してみることで、今後の生活のモチベーションにつなげます。 ・職場体験前や進路選択の学習を深める前段階に、“具体的なイメージ”をもつきっかけとします。
			応用例
			・みらい百花以外のキャリア冊子や本、著名人などを参考にしてもOK

【授業 進行案】

流れ	授業進行 「先生コメント例」	◇備考
事前指導 など	■ワークシート・みらい百花を配布 【WORK1】 「『みらい百花』で気になる社会人の記事をいくつか読んでみて、憧れるなと思う人、「こんなふうになりたいな」と思う部分を探してみましょう」「読みながら、「いいな」と思うところには線をひくなどしておきましょう」	◇ほか参考資料も提示 時間数や生徒の状況に応じて、司書の方にも相談し図書館のキャリア冊子や本を案内したり、webサイトの共有をする
導入 (5分)	■ねらいの確認 「今日は、働く大人のなかに“自分が将来なりたい姿”・・・“ロールモデル”がいないか探し、その人の考え方や行動などを学んでいきましょう。」 「“こうなりたい”というイメージを明確に持つことができると、そこに向けてどんなことをすればいいか見えやすくなります。 ロールモデルを探すことで、学校生活で具体的な目標も出てくるかもしれませんね」	
WORK2 (15分)	【WORK2】・・・個人記入 「読んできた中から、自分が“憧れるな・目指したいな”と思った部分を具体的に書き出していきます。その人の行動・考え方・姿勢・能力・仕事・働き方・生き方 など、色々な視点で考えていきましょう。」	◇項目(行動・考え方・姿勢・能力・仕事・働き方・生き方)の全てを埋める必要はありません ◇出にくい場合は、隣同士で相談するなど
WORK3 (15分)	【WORK3】・・・共通点・気付いた点をまとめる 「今書いた“ロールモデル”を並べてみて、共通点や何か気がついたことがないか探してみましょう。自分はどんな人・どんな考え方に憧れるのか？と、その傾向を分析してみましょう」	◇WORK2をグループで共有した後に、「〇〇の共通点がある」など伝えあうこともできます
WORK4 (10分)	【WORK4】・・・今からできることを考える 「自分が“どんな大人になりたいか”、少し見えてきましたか？ 少しでも、一つでも“ロールモデル”に近づくために、今自分にできないことがないか考えてみましょう。」	◇具体的な行動目標にできるよう意識します
まとめ (5分)	■まとめ 「ロールモデルを持つこと、目標を持ってそこに向かっていくということは、これからの人生で大きな力になると思います。みなさんに関わる人たちの“いいところ”を探していくことでロールモデルも増えていくと思います。」	◇先生自身のロールモデルについてお話いただくのも参考になります

“ロールモデル”を探そう！

『みらい百花』に掲載されている人たちの中から、
あなたが“こうなりたい”と思う人を探したり、憧れる部分を探ってみよう！
きっとそこには、これからの人生のヒントがかくされていはず…！

■ロールモデルとは？■

行動・考え方・姿勢・能力・仕事・働き方・生き方といった様々な視点から、自分が将来なりたい・目指したいと思うような、見本となる存在のこと。その人から学んだり真似をしていくことが、自分の“なりたい姿”に近づく一歩になります。有名人ばかりでなく、身近な存在であったり、複数人のロールモデルを持つこともおすすめ！

【WORK1】『みらい百花』からあなたが気になる社会人を探して、記事を読もう！（最大3名まで）

探し方も色々！
③ 業種や職種、仕事の内容から ➡ P4-5 もくじへ
④ 社会人の“個性”から ➡ P62-63 パーソナリティ INDEX へ

【WORK2】憧れる部分／目指したい部分を具体的に考え、まとめてみよう！

※『みらい百花』以外の、身近な大人や有名人などを記入してももちろん OK！じっくり考えてみよう。

お名前	K.A さん	O.N さん	I.T さん
会社名	昭和精工株式会社	横浜環境保全株式会社	ハーベストネクスト株式会社
職 種	金型製造 プログラミング	廃棄物収集運搬 マニフェスト管理	学校給食 調理師
憧れる部分／目指したい部分 ※すべてを埋めなくて OK！一つでも“いいな”と思うところを書いていこう！			
行 動	マンガを持ち込む！	好きな道に進んでいる	専門学校に進学している
考 え 方		環境に対する想いを持っている	
姿 勢	自分から大きな声で挨拶	環境に優しくしたい	いつも想いを込めて調理している
能 力			色々な資格を持っている
仕 事	理系の仕事、すごいな…		
働 き 方	色々あって奥が深い…		土日は休み、プライベートも充実
生 き 方	好きなことに真剣！	自然とか芸術にふれていて素敵	バランスをとりながら
そ の 他	ユニフォーム姿がカッコイイ		

【WORK3】【WORK2】の内容を改めて読み、自分の“ロールモデル”の共通点や気づいた点を書き出そう！

ロールモデルの共通点 気づいた点 ※周りの人と話しても OK!	・自分が好きなこと、強く関心を持っていることが明確にある。 ・工夫したり、考えることを楽しんでいる。 ・仕事以外にも、楽しいことを持っていて、人生が豊かに感じた。
---------------------------------------	---

【WORK4】ロールモデルに近づくために、あなたが今からできることを考えてみよう！

今からできること やってみたく思ったこと	・自分の好きなことを絞り込んで熱中してみる。 ・授業とかでも、もっと工夫したりして自分で楽しめるようにしたい。 ・学校以外の活動にも参加してみたい。
-------------------------	--

キャリア(生きる・働く)についての“ジブン軸”を知ろう！

授業 時数	育む力	活用場面	ワークシート概要
1～2 コマ	・自分を理解する ・自分の能力に気づく	・キャリア教育導入 ・進路学習導入	・「価値観」「能力」「興味・関心」3つの要素のキーワードを書き出し、自分だけの“ジブン軸”をつくります ・型にはめて分類するのではなく、自分起点で考えることができます ・自己理解の一環として、三者面談前や進路選択時期の前に実施したり、毎年の実施で深めたり変化を確認したりすることもおすすめです
			応用例
			・職業講話などで社会人の“ジブン軸”を話してもらい、自分たちと見比べたりすることもできます

【授業 進行案】

流れ	授業進行 「先生コメント例」	◇備考
導入 (5分)	■ねらいの確認 「仕事にかぎらず、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自分の『軸』。今日は自分だけの“ジブン軸”を作っていきます。 (ペアワークをする場合) お互いの性格や考え方について話すこともあると思います。 お互いに、相手の話を否定しないこと。まずは受け止めましょう。 また、基本的にはここだけの話として、授業外で周りの人に言いふらすことは控えてください。	◇先生などの「軸」をエピソードを交えて提示できるとよい 別添「ジブン軸」スライドあり
WORK1 (15分)	【WORK1】…個人記入 「これまでの人生を振り返って、または今やっていることを思い出して直感で記入してみよう。」 【WORK1】…グループ共有 ・クラス全体またはグループ内で、3項目のうち一つを順番に言ってもらう ・「軸」の多様性に気づき、自分の3つの要素を見返してもらう	◇生徒の日々の様子や部活の取り組みなどについて振り返られるような声をかける 「いつも挨拶してくれるよね」 「ゲームよくやるっていったね」…※記入例参照
WORK2 (10分)	【WORK2】…個人記入 「1つの要素(円)の中に3～5つのキーワードとなるようにまとめていこう。 優劣も、正解不正解もなく、3要素それぞれ数が違っていいし、書けなくても大丈夫。 経験を重ねることで見つかったり、変わることもあります。」※記入例参	
WORK3 (13分)	【WORK3】…(グループ発表) ・「いま書いた3要素の“ジブン軸”を、グループ内で発表し合って、気づいたことを伝えよう。 (例1)自分と異なる点や「いいな」と思った点を伝えたり (例2)相手の“ジブン軸”に追加できそうなことを一緒に考えよう お互いにもらったコメントも、メモ欄に書きましょう。」 ・一人3分程度(発表+他のメンバーからコメントをもらう)で回す	◇3～5名程度のグループ 1人3分程度ずつ ◇生徒の状況によっては、ワークシートを回してコメントを追加合うこともできる
振り返り (5分)	■振り返り…個人記入 「WORK3でグループ内でもらったコメントから気づいたことがあればメモしよう。 ジブン軸で直したい部分があれば書き直してみよう。」	◇グループ内で指摘してもらったキーワードは色を変えて書くのもよい
まとめ (2分)	■まとめ 「3つの円の左上に日付も記入してください。 1年後など、定期的に振り返ってみよう。 様々な経験や体験を経て、価値観や興味関心、能力が変化していくこともあります。 進路選択などの際、参考にしてみてください」	

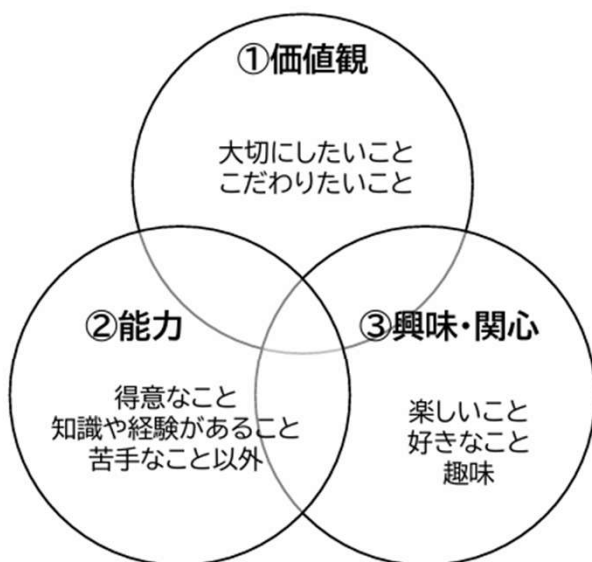
キャリア(生きる・働く)についての “ジブン軸”を知ろう！

■自分の“軸”とは？

仕事に限らず、これから人生で重要な選択をするときの『判断基準』となるものです。
それぞれの頭の中にあるぼんやりとした判断基準を書き出すことで自分の“軸”(＝自分が大切にしたい事)を明確にしていきます。



- ★三つの円が重なる部分(重なる事柄・仕事等)が自分の理想ということになります。
- ★自分の“軸”は人それぞれ違うもの＝自分らしさ
正解・不正解のあるものではありません。
いかに自分が納得できるのか…『納得解』です。
- ★図では3つの円は同じ大きさですが、この円の大きさも人それぞれ。
どの円の要素を一番大事にしたいのかも人それぞれですので、
価値観、能力、興味・関心の書き出し量に差があってもOKです。



💬 それぞれの円の考え方…

ワークシートではワードを選べるようになっていますが、頑張った経験や今熱中しているもの、楽しいことから書き出してみると自分の言葉で書き出すことができます。

例：家族でのバーベキュー(楽しかった思い出)

- ①価値観：準備は積極的に手伝う
→人の役に立ちたい
- ②能力：火をおこせるようになった
→地道な作業、忍耐力がある！？
- ③興味・関心：皆で楽しく食べること、料理

価値観や能力については、その価値観の奥にあるものや、その能力がどう活かせるのかなのか、分析するとより深く考えることができます。

■職業講話に繋げる場合…

ジブン軸を考えたらうで社会人講師の具体的な話(社会人講師のジブン軸)を聞くことで、自分には合う、合わないという新たな軸を判断する材料を集めることに繋がります。



“ジブン軸”は様々な経験を経て変化し、何回も考えることではっきりしてきます。
職業講話後に振り返る、または年に1回書いてみることで、その時の自分の考えを振り返り、記録として残すことができます。

“ジブン軸”ワークシート(『みらい百花』P60-61参照) 多くの学校でご利用いただいています



「生徒の自己分析に」「感覚的に取り組みやすい」と導入されている先生が多いです。
「授業をそのままお願いしたい」「生徒に難しそうなので、もっと細かく説明してほしい」など、
ジブン軸を取り入れた授業や職業講話の実施など
サポートが必要な場合は、お気軽にアスリードにお問合せください。

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振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！

①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？

○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・平穩	△	地域・社会への貢献	○	経済的な豊かさ・地位・名声
○	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？

○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
○	猫の世話	○	猫の写真を毎日インスタにあげる		
○	美術、家庭科				

字がキレイ、足が速い、電車で詳しい、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

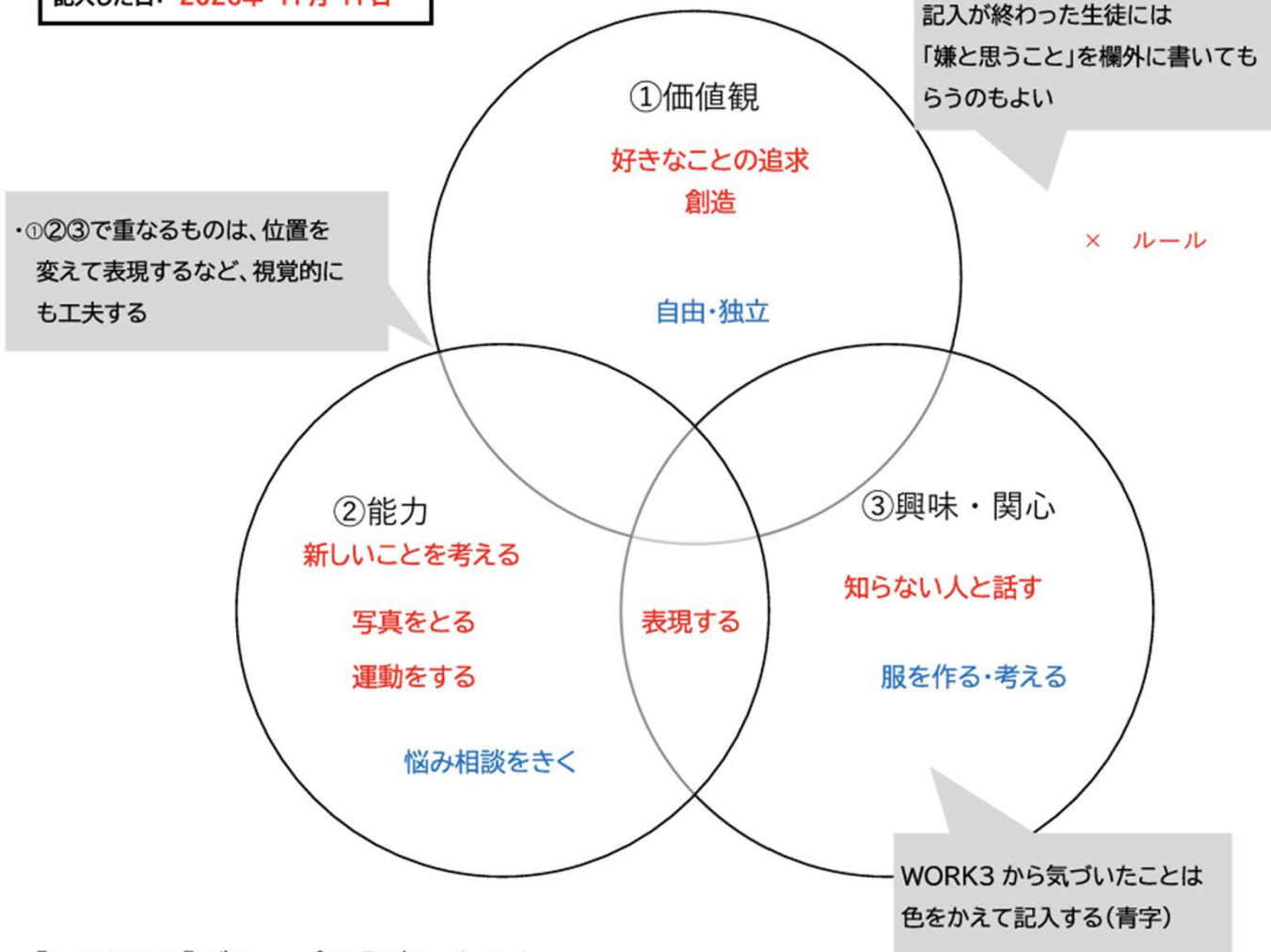
自動車／機械／ものづくり／音楽／子ども／歴史／スポーツ／AI／スマホ／科学／映画
アニメ／ファッション／生き物／宇宙／旅行／海外／アイドル／料理／美容／建築…など

【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！

記入した日: 2026年 11月 11日



【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。
どちらかというとする方か。

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。

わたしの進路 どう選ぶ？どう出会う？

授業 時数	育む力	活用場面	ワークシート概要
1～2 コマ	・職業について理解する ・生き方や進路について考える ・情報収集する	・進路学習導入	・たくさんある進学先・就職先からどう選ぶのか、まずは社会人の経験を追体験してから、自分だったらどうするか…と考えます ・みらい百花の記事をばらばら、またはじっくり、読みながら進めるワークです
			応用例
			・複数人に短いインタビューをすることにも活用できます

【授業 進行案】

流れ	授業進行 「先生コメント例」	◇備考
導入 (5分)	■ねらいの確認 「今後の進学先や、いつか就く仕事について、皆さんはどのくらい知っていますか？ たくさんの情報があるなかで、自分で決めていくことは本当に難しいと思います。 今日は、たくさんの社会人が掲載されている『みらい百花』を読んで、社会人の経験を追体験することで、これからの皆さんの進路選択のイメージを膨らませてほしいと思います。」	◇高校数…4,774校 ◇高等教育機関(大学、短期大学、高等専門学校、専門学校) …3,844校 (R6文部科学省「学校基本調査」)
WORK1 (30分)	【WORK1】 「「進路選択」「仕事との出会い」「仕事の内容」の3項目それぞれについて、2社(2人)ずつ、みらい百花を読んで内容を埋めてください。 2人分を3項目それぞれでもいいですし、6つ全て異なる人でもOKです。」 (みらい百花参考ページ) ・読み取りレベル ★☆☆…P46-51(職業インタビュー キャリアを彩る6ピース) ・読み取りレベル ★★☆☆…P34-43(職業インタビュー 1ページ掲載) ・読み取りレベル ★★★…P12-26(職業インタビュー 2ページ掲載) 「あとで抜き出せるように、まずは読みながら線をひいてみましょう。 線をひかなくてもすぐ抜き出せる人は、ワークシートにどんどん書き込んでください。」 「そしてこのワークでは、社会人の経験について書き出せたら、それについて自分がどう思ったか、「いいな」という共感や「えっ」という驚きの視点を大事に、下の欄にメモしていきましょう。」	◇生徒の状況に応じて、練習としてクラス全員で読みながら線をひく。 ※記入例ページ参照
WORK2 (10分)	【WORK2】…個人記入 「どんな社会人の経験がありましたか？こんな風にしてみたい、と感じた方もいれば、この流れは嫌だなと感じた方もいたかもしれません。 社会人の経験をふまえたうえで、今、自分だったら、これからの進路選択や仕事をどう選んでいくのか、どう考えるかを3項目それぞれ書いてみましょう。」	◇仕事の内容は具体的に書けるのであれば調べて書くのもOK、またはイメージや理想での記入もOK
まとめ (5分)	■まとめ 「進路選択の仕方も1つではありません。自分で考えるのが難しかったら身近な大人にたくさん聞いたり、本を読んでみたりして視野を広げたり視点を変えて考えるのも大切です。 これからに活かしていきましょう。」	

記入例

わたしの進路 どう選ぶ？どう出会う？

どこに進学する？どんな仕事をする？どうやって選べばいい？…たくさんの情報や自分の考えを整理するのはとても難しいですね。みらい百花「職業インタビュー(1P/2P/キャリアを彩る6ピース)」から好きな記事を読んでみて、「いいな」や「えっ」と感じる自分の思いを大切に、これからの進路を考える参考にしてみてください。

【WORK1】「進路選択」「仕事との出会い」「仕事の内容」の3項目について、みらい百花から気になる内容を1人または2人分書き出し、下に自分が思ったこともメモしよう。(同じ人でも、異なる6人からでもOK！)

【WORK2】社会人を参考に、3項目それぞれについて「自分ならこうしたい／こうしていきたい」と今、考えていることを右側のフキダシに書いてみよう。

【進路選択】	企業名／社会人名	栄港建設／Y.Sさん(20P)	アルプス技研／N.Yさん(48P)	【WORK2 わたしなら…】
	社会人が進路を ・選んだポイント ・考えたこと	・小さい頃からの大工への憧れ ・地元で恩返ししたい ・モノづくりの楽しさ	・音楽・芸術系の学校へ ・受験に失敗 でもあきらめない ・流体力学？	
	自分と異なる価値観や考え方を知り、それを自分はどう捉えるのか気づくことも進路選択に役立ちます。	・わたしも同じような幼少期。地元が好き	・好きなものがハッキリしていてすごいな。視野も広くてすごい。 ・切り替えが早い！	・地元で恩返しというの もいいなと思う。 ・好きなことを突き詰めて 学んでいきたい。 ・モノづくりの話が面白い ので、その分野もいいな…
【仕事との出会い】	企業名／社会人名	栄港建設／Y.Sさん(20P)	アルプス技研／N.Yさん(48P)	【WORK2 わたしなら…】
	社会人が仕事を ・選んだポイント ・考えたこと	・職人ではなくて、現場を監督する人になろうと決断した。	・色々な仕事ができる会社 ・最先端の勉強ができる ・人とのつながり(音楽)	
	「仕事内容」だけでなく、「働く場所」「労働条件」「人間関係」また「偶然」など様々な出会い(決め方)があります。	・わたしはどちらかというと、自分が手を動かして作業したい。	・ピッタリの会社に就職している。 ・勉強熱心だと思う。 ・趣味とかも職場で話題になったりするんだと思った！	・同じようなことに興味のある人たちと働けると楽しそう。 ・職人とかエンジニアとか、専門職に就きたい。
【仕事の内容】	企業名／社会人名	栄港建設／Y.Sさん(20P)	アルプス技研／N.Yさん(48P)	【WORK2 わたしなら…】
	社会人の仕事の ・具体的な内容 ・やりがい、面白さ	・設計図から施工図をつくる。 ・資材の発注や見積り作成、整理整頓とかまで色々。 ・素敵な空間づくりに関われる。	・航空機に装備される電子機器の開発をしている。 ・テストを行い、トラブルを解決する。	
	中高生の目に触れる仕事は限られています。仕事の具体的な内容と、自分のため・社会のため・お金のため…様々なやりがいに気づけます。	・専門的な仕事でカッコいい。 ・書類とかも作るのか… ・完成したときは感動があるんだろうな…	・何かを作っていくプロという感じで面白そう。 ・最新の技術にふれるのってすごいことだなと思う。	・まだ世に出ていないものを作るとなったら、ワクワクできそう。 ・チームと一緒に働く仕事だと楽しめそうかなと思った。



 若者の未来(あす)をリードする
NPO法人アスリード

