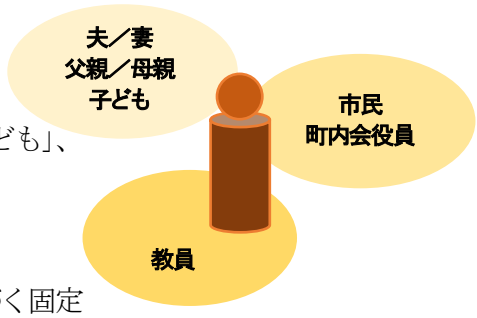
中学生向けライフキャリア教育プログラム
「未来の自分にインタビュー！」指導者用資料

神奈川県福祉子どもみらい局共生推進本部室

1　ライフキャリアとは？

「ライフキャリア」とは、仕事をはじめ、家庭生活、地域社会とのかかわりなど、生涯にわたって自分が果たす役割や経験の積み重ねのことです。



先生方も、中学校においては「教員」ですが、家庭では「夫／妻」、お子さんがいらっしゃれば「父親／母親」又は、自身の親にとっての「子ども」、地域では「市民」「町内会役員」など、色々な役割が積み重なっています。

人生の様々な節目で岐路に立ち、進路や自分の担う役割を選択する際に、「男だから・・すべき」「女だから・・してはいけない」など、性別に基づく固定的な役割分担意識に捉われることなく、自分らしい豊かな人生をデザインする力を持つことができるよう、県は「ライフキャリア教育」の推進に取り組んでいます。

「キャリア」と聞くと、どうしても「狭義のキャリア＝仕事」をイメージしがちですが、社会に出る前の早い時期から「広義のキャリア＝ライフキャリア」を意識し、将来起こり得る進学、就職、結婚といったライフイベントについて学びつつ、自身の個性や適性を生かした働き方・生き方を考えることには、深い意義があります。

2　このプログラムの目的と概要

このプログラムは、中学校の特別活動における学習（例：進路・キャリアについて考える学習や、職場体験活動の導入や振り返り）等でご活用いただくことを想定しています。

「28 歳になった自分」を想像し、「28 歳」になったつもりで、ペアの相手からインタビューを受けるプログラムです。生徒たちが、近い将来（28 歳まで）のライフイベント（進学、就職、結婚など）について、インタビューを楽しみながら想像し、「ライフ」（生活部分）と仕事の「キャリア」の両面について、将来を考えるきっかけを作ります。

生徒が２人１組のペアとなり、まずは「28 歳になった自分」を想定して、どんな場所に住んでいるか、どんな仕事をしているのか、ワクワクと想像を膨らませながら、ワークシートに書き込みます。

ワークシートに書き込んだ自分になりきり、ペアの相手からの質問に答えていきます。ペアの相手へのイタビューも行い、今、同じ学校で学んでいるお互いが、全く異なる未来を想像していることを体感します。

最後は、お互いのインタビューを聞いた感想を伝え合い、その違いを楽しみながら、「将来に向けて大切にしたいこと」や「やりたいこと」を考えていきます。

同学年内で実施することを想定していますが、異なる学年同士でも実施可能です。上級生・下級生間のコミュニケーションの活性化に有効です。

インタビューの「結婚」や「出産」に係る項目は、将来起こり得る大きなライフイベントについて、生徒

たちに考えるきっかけを提示するために設けています。「自分はどうしたいのか」を考え、周りの生徒の意見を聞いて、さらに考えを深める契機となるように、プログラムを進めていきます。

3　準備するもの

●学校側で準備するもの
・ワークシート、補足情報（Ａ４　１人に１枚ずつ）
※ワークシートや補足情報はカスタマイズが可能であり（「8　ワークシートのカスタマイズについて」参照）、A4両面1枚にまとめることも可能です。

●生徒が授業に持参するもの
・筆記用具

4　教材の解説

●インタビューワークシート

未来の自分にインタビュー！　ワークシート

〔クラス〕　　年　　組　〔名前〕

【STEP1】28歳になった自分を想像して、答えを書いてみよう（10分）
【STEP2】ペアになり、質問項目に沿ってお互いにインタビューしてみよう。
＊相手の内容を書きとめよう。（1人につき5分）
【STEP3】　お互いの「28歳」を聞いた感想を伝えあおう。
【STEP4】　気づいたこと、将来やりたいことなどを書き留めよう。

【STEP1】
①28歳のあなたは、今、どんな所・家に住んでいますか？
（例えば、今も実家に住んでいるのでしょうか？東京で1人暮らし？海外生活でしょうか？）

私は・・・	インタビュー相手は・・・

②中学・高校生活で印象に残っていることは何ですか？頑張ったことや、楽しかった思い出は何ですか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

③今、どんなことをしているんですか？どんなことに夢中になっていますか？
（例えば、仕事は？社会にどのように関わったり、貢献しているのでしょうか？）

私は・・・	インタビュー相手は・・・

④今、パートナー（おつきあいしている人、一緒に暮らしている人など）はいますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

⑤今、子どもはいますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

⑥もし、子どもが生まれたら、育児しながら仕事を続けますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

【STEP4】インタビューを終えて、将来に向けて大切にしたいこと、やりたいことなどの気づきを書こう。

○　【STEP1】①から⑥まで、28 歳になった自分を想像して、個人ワークで記入します。記入するのは、「私は・・・」と書かれている左側の欄です。
○　【STEP2】でペアでのインタビューを行います。①から⑥まで順番に質問をしていきます。その際に「インタビューの相手は・・・」という欄に相手の発言を書き取ります。

○　【STEP3】でお互いインタビューした感想（相手の 28 歳についての印象や気づいたことなど）を伝えたのち、最後に、将来をイメージしてこれからやってみようと思ったことなどの気づきを【STEP4】欄に記入します。

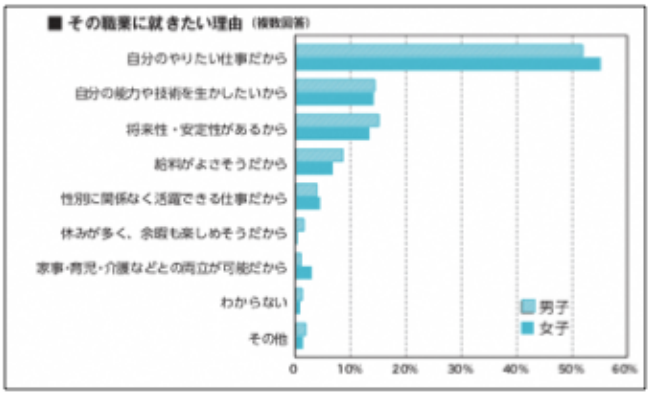
○　ワークシートはカスタマイズ可能です。詳しくは「８　ワークシートのカスタマイズについて」をご参照ください。

●補足情報

未来の自分にインタビュー！　補足情報

仕事　Q．高校生はどんな理由で職業を選んでいるの？

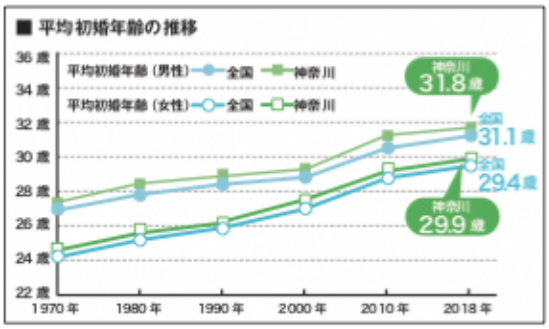
中学生の皆さんの少し先輩に当たる高校生のうち、将来つきたい職業が「ある」と回答した人に対して、「その職業につきたい理由」を質問した結果だよ。
「自分のやりたい仕事だから」が最も多く、次いで「自分の能力や技術を生かしたいから」と、自己実現のために働きたいと思う人が多いみたいだね。
一方で、「給料がよさそうだから」は１割未満で、給料を理由に職業を選ぶ人は多くないことがわかるね。



【データ出典】県：高校生の男女共同参画意識に関する調査報告書（2014 年）

結婚　Q．何歳くらいで結婚すると思う？

女性も男性も初婚年齢が年々高くなっていることがわかるね。
1970 年は女性の初婚年齢が約 24 歳、男性が約 27 歳であったのに対して、2018 年では全国の女性は 29.4 歳、男性は 31.1 歳まで高くなっているね。
神奈川県では、さらに男性 31.8 歳、女性 29.9 歳と全国平均よりも高くなっているよ。
このような現象を晩婚化というんだ。



【データ出典】厚生労働省：人口動態調査（2018 年）

○　各ライフイベントに関する補足の情報を、データとともに記載しています。
インタビューワークの参考としてください。

補足情報	データ出典	出典 URL
【仕事】Q. 高校生はどんな理由で職業を選んでいるの？	県:高校生の男女共同参画意識に関する調査報告書(2014 年)	https://www.pref.kanagawa.jp/docs/x2t/pub/p785385.html

補足情報	データ出典	出典 URL
【結婚】Q. 何歳くらいで結婚すると思う？	厚生労働省：人口動態調査（2018 年）	https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00450011&tstat=000001028897&cycle=7&year=20180&month=0&tclass1=000001053058&tclass2=000001053061&tclass3=000001053069&result_back=1
【出産（子育て）】Q. 女性は何歳くらいで子どもを出産している？		
【働き方】Q. 共働きと、片働きと、どっちが多いと思う？	【共働き世帯数の推移】 内閣府:男女共同参画白書(2019 年)	http://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r01/zentai/html/honpen/b1_s03_01.html
	【共働き世帯と片働き世帯の収入】 総務省：家計調査(2019 年)	https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00200561&tstat=000000330001&cycle=7&year=20190&month=0&tclass1=000000330001&tclass2=000000330004&tclass3=000000330005&result_back=1

5　授業のイメージ

生徒が２人１組でペアとなり、ペアワークを中心として授業を展開します。
奇数でペアをつくれない場合は３人１組でも実施可能です。
その場合、インタビュー時間を３人が平等に取れるように、配慮してください。

●クラス単位で実施する場合
隣り合わせで、机を合わせて実施します。

●学年単位など、大人数で実施する場合
視聴覚室、体育館などで、２人１組にして床に座って実施。
下敷きやボードなどがあると、記入がしやすいでしょう。

ワークシートや補足情報は１人１枚配布して、ワークを進めながらワークシートに記入してもらいます。

6　時間配分・進行（例）の概要

	時間（分）	場　面	形式	内　容 【STEP〇】：ワークシート該当部分
①	5	導入・趣旨説明	講義	プログラムの目的の説明
②	5	ライフキャリアとは	講義	「ライフキャリアとは何か」の説明
③	5	ワークの進め方を説明	講義	〇28 歳のイメージを共有 〇ワークシートの記入について説明
④	10	ワークシート記入	個人ワーク	ワークシートの①から⑥までを記入する。【STEP１】
⑤	5	インタビューのやり方を説明・実演	講義	インタビュー方法について、実演して説明する。
⑥	10	インタビュー実施＋ワークシート記入	ペアワーク	〇28 歳同士になったつもりで、インタビューを実施。 〇５分ごとに交代する。 〇相手の内容を「インタビュー相手は」の欄に記入する。【STEP2】
⑦	5	シェアタイム	ペアワーク	〇お互いの「28 歳」を聞いた感想を伝えあう。【STEP3】
⑧	5	ワークシート記入	個人ワーク	プログラム全体を通じて気づいたことを書き留める。【STEP4】

計 50 分

7　進行（例）の詳細

場面ごとの進行例は次のとおりです。適宜アレンジして授業を進めていただければと思います。

①　導入・趣旨説明〔講義形式　５分〕

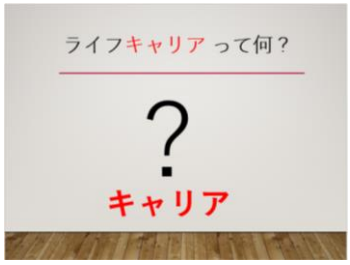
プログラムの趣旨を説明します。

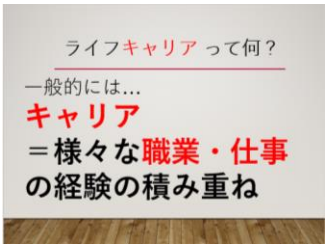
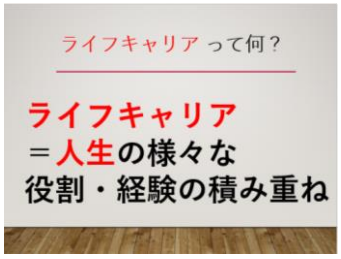
内容の詳細	備考・留意点
○今日は、神奈川県が作成した中学生向けのプログラム「未来の自分にインタビュー！」を使った授業を行います。 ○「未来の自分にインタビュー！」は、28 歳の自分を想像して、２人１組になり、28 歳になりきってインタビューをするワークです。 ○２人１組のペア（参加者が奇数の場合は３人１組も可）となって、ワークを進めていきます。 ○28 歳、自分はどんな大人になっているか、ワクワク楽しみながら想像してみましょう。28 歳といえば、中学を卒業し、進学するか、就職するかして、たくさんの人に出会い、たくさんの人生の選択をしているはずです。 ○自分は近い将来、どうしていきたいかを考えながら、ワークを進めていき、やりたいことなどを考えるきっかけにしましょう。	○ペアワークへスムーズに移ることができるよう、予め生徒には２列で座ってもらう（隣の人とペアになる）又は前後でペアになれるようにしておく。 ○ワークシートを配っておく。（話に集中させるために直前で配ることも可）

②　ライフキャリアとは〔講義形式　５分〕

インタビューワークを通じて自身の「ライフ」（生活部分）と仕事の「キャリア」の両面を考えるプログラムであるため、巻末のスライドを印刷し配布する又はスクリーンに投影し、「ライフキャリア」とは何かについて説明します。

スライドのデータが必要な場合は、本資料末尾に記載の問合せ先にメールにてご連絡ください。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P2 ライフキャリアって何？  	○このワークは、「ライフキャリアインタビュー」という名前ですが、「ライフキャリア」という言葉を聞いたことがある人はいますか？ （生徒に手を挙げてもらう） ○「ライフキャリア」という言葉は知らない人でも、「キャリア」という言葉なら聞いたことがあるという人はいますか？ （手を挙げた生徒に、「キャリア」とはどういうものというイメージか、又はどのような場面で「キャリア」という言葉を聞いたことがあるか尋ねる）	

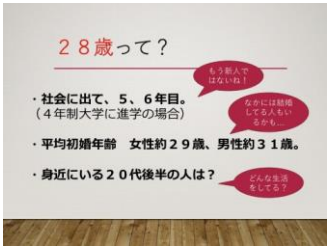
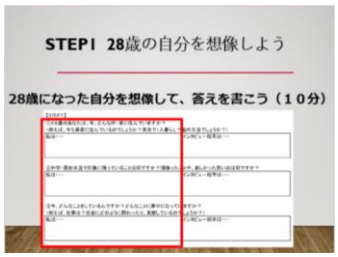
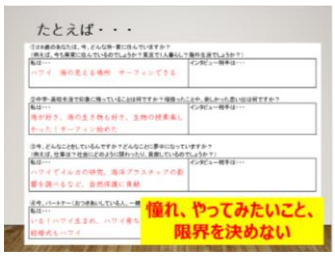
P3 ライフキャリアって何？ ＝一般的には～  	○一般的には、「キャリア」とは、その人の「経歴」とか「経験」を言います。 仕事の経歴、経験という意味で使われることが多いですね。 ○例えば、私（先生）のキャリアを、職業や仕事を積み重ねてきた経験という意味でお話しすると、○○というような感じになります。 ○しかし、今日皆さんと考えていきたいのは「ライフキャリア 」についてです。 ○「ライフ」とはどういう意味でしょうか。 「人生」という意味ですね。	○ご自身の事例を入れてください。 （例） 大学で学び教員の免許を取得 →教員採用試験に合格 →○○中学校に配属 →何の教科を担当し、何年生を担当した経験がある など
P4 ライフキャリアって何？ ＝人生の様々な～  	○ここでは、職業・仕事のことだけではなくて、人生における様々な自分の役割についても考えてみたいと思います。 ○例えば、これから ・高校や大学へ進学する ・就職する ・一緒に暮らしたい人と一緒に住む ・子どもを授かって育てる というようなことがあるかもしれませんが、それらも「ライフキャリア」の一つです。 ○その他にも、趣味を楽しんだり、地域活動やボランティア活動に参加したり、ということも考えられます。 自分らしい人生をこれから築いていくために、「キャリア」を、仕事部分に限らず、生活部分も含めた広い視点で考えてみたいと思います。	
P5 ライフキャリアって何？ ライフ・キャリアの虹 	○「虹」のようなこの図を、見たことがありますか？ これは、アメリカでキャリアの研究をしていたドナルド・E・スーパーという人が考え出したものです。 ○キャリア＝職業とは考えずに、キャリアは、人生のある年齢や場面の様々な役割の組み合わせである、と定義したものです。 それぞれの役割を、異なる色で示しています。	

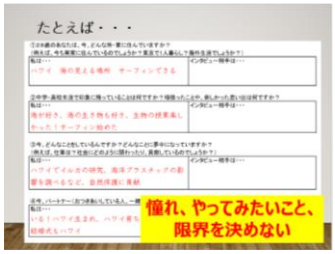
P5 ライフキャリアって何？ ライフ・キャリアの虹 	○半円の一番外側は年齢を表しており、左が 0 歳、天辺が 45 歳、右が 90 歳となっています。 ○内側には、役割が書かれており、 ・一番内側の紫は子ども ・青が学生 ・緑が余暇人（趣味などの余暇を楽しむ人） ・薄い黄色が市民 ・濃い黄色が労働者 ・オレンジが家庭人 ・一番外側の赤がその他さまざまな役割 となっています。 ○ここで、中学生の皆さんに当たる年齢（14 歳のところ）に青い線を引いてみました。	
P6 ライフキャリアって何？ ライフ・キャリアの虹 	○内側から、当てはまっている役割を挙げると ・「子ども」皆さんは、未成年の子どもとして、保護者の養育を受けていますね。 一方お酒を飲めないなど、大人と同じ権利が認められていないという面もあります。 ・「学生」そして中学生です ・「余暇人」部活で好きなスポーツなどの活動をしたり、家で趣味の時間を楽しんだりしていますね。 ○このように、皆さんにも様々な役割があり、 それらが重なって層になっている、 ということが示されています。 ○今日は、インタビューワークを通じて、 28 歳の自分になりきってもらいます。 28 歳に赤い線を引いて見ました。 「市民」「労働者」「家庭人」という役割も 増えていますね。	○先生の年齢の部分の役割も読み上げると、対比としてわかりやすいと思います。 （(選挙権を行使できる) 市民、(先生としての) 労働者、家庭人などが当てはまってくると思われます）

③　インタビューワークの説明〔講義形式　５分〕

巻末のスライドを投影するか、実際の「ライフキャリアインタビューワークシート」を見せながら説明します。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P7 28 歳の自分にインタビュー 	○では、どうやってインタビューワークを進めていくのか、説明します。 ○28 歳になった自分を想像できますか？ ちょっと難しいでしょうか。	

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P８ 28 歳って？  	○28 歳というと、みなさんの年齢の倍といっても 良いくらいなので、なかなか想像がつかない かもしれないですね。 ○ちょっと、一緒に想像してみましょう。 どんなライフイベント （人生で起こる節目の出来事） を経験しているでしょうか。 ○進学・就職について ４年制の大学に進学し、卒業してすぐ就職した としたら、社会人としては５、６年目になって います。もう、「新人」ではなく、後輩の面倒を みるなどの立場になっているでしょう。 ○結婚について 神奈川県の平均初婚年齢 （初めて結婚する年、再婚ではない）は、 女性が 29 歳、男性が 31 歳なのですから、 なかには結婚している人もいるかもしれない ですね。 もちろん、結婚するもしないも、個人の自由です。 ワークシートでは、パートナーがいるかどうかと いう質問がありますね。 ○身近な人に、20 代後半の人はいますか？ ちょっと思い出してみてください。 どんな生活をしているでしょうか。	○結婚、育児などの 家族形成のテーマ を扱う際には配慮 が必要な場合もあ ります。 （LGBT の生徒や、 困難な養育環境に ある生徒など）
P９ STEP１　28 歳の自分を  	○少しイメージが膨らんだところで、ワークの説明 をします。 ○STEP１、最初は個人ワークです。 ここでは、おしゃべりをせず、一人で集中しましょ う。 STEP１の①から⑥の質問に答えていきます。	
P10 たとえば・・・  	○たとえば、こんな風に書いていきます。 （ケースの説明） どんなところに住んでいるか？ たとえば「海が好き」「ハワイに憧れている」 としたら、「ハワイ」と書いてかまいません。 「どうせ実家にまだいる」といった現実の 延長線上で書くのではなく、 自分が気になること、好きなことを 夢をみるように想像して書いてください。	○他のケースに置 き換えて説明いた だいても良いです。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
	○その時に、ぜひ大事にしてもらいたいポイントがあります。 「男だから一家の大黒柱としてしっかり働き家族全員を養うもの」とか 「家事や育児は女の仕事」というような、性別により役割ややるべきことを決めつけない、ということです。 ○このことは、自身のライフキャリアを考える上でも大切で、そのような固定的な役割分担意識により、自分の将来の選択肢の幅を縮めてしまうことは、男女問わず大変勿体ないことです。 ○「一般的にこうするものだから」 「うちの親はこうだったから」ということを基準にせず、「自分はこうしてみたい」という気持ちを大事にして自分で自分の限界を決めずに進めていってください。 ○それでは、STEP 1 の左側「私は・・・」の欄の記入をスタートしてください。 10 分時間を取ります。	

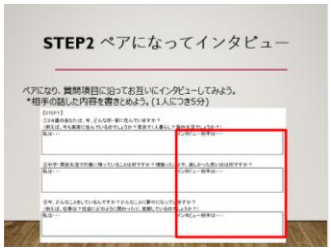
④　STEP1 ワークシート記入〔個人ワーク　10 分〕

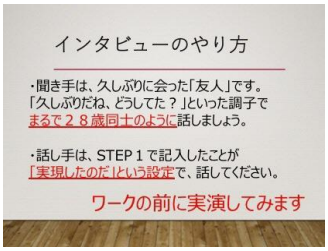
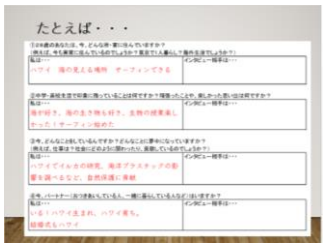
この個人ワークは、周囲の人と相談やおしゃべりをせずに、集中して記入するように促してください。
５分経ったら声がけをし、残り時間を知らせます。

早く終わった人には、次は自分がインタビューされるので、聞かれたらどう答えるか、考えて準備をするように伝えてください。
10 分経ったら終了してください。

⑤　インタビューのやり方を説明・実演〔講義　５分〕

インタビューでは、質問する側（インタビュアー）も、質問に答える側（インタビュイー）も、「28 歳になりきって」想像力を豊かに進めることが効果的です。どのように進めるか、実演するとわかりやすいでしょう。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P11 STEP 2 	○では、どうやってインタビューワークを進めていくのか、説明します。 ○ここからはペアワークです。ひとり５分ずつ、インタビューの時間を取ります。５分たったら、入れ替わってインタビューをします。 ○インタビューする人は、相手の答えを、右側の「インタビュー相手は・・・」という欄に書きましょう。	

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P12 インタビューのやり方  	○お互いに、久しぶりにあった友人、という設定で話しましょう。 ○聞き手＝インタビューする人は「久しぶりだね、どうしてた？といった調子で、本当に 28 歳同士のように話しましょう。 ○話し手＝インタビューされる人は、先ほど記入したことは本当に起きたことのように話してください。	
P13 たとえば・・・(再掲)  	(P10 で示した事例で、A＝聞き手、B＝話し手で実演をします) ○A：わあ、Bさんじゃない？久しぶり！ えー、何年ぶりかな、中学校以来だね。 ○B：Aさん！久しぶり。変わってないね。元気？ ○A：元気だよ。Aさん、<u>今どこに住んでるの</u>？ 今も変わらず神奈川県に住んでるの？ ○B：実は、ハワイに住んでるんだ。 今は一時帰国中。 ○A：ハワイ！いいね！<u>どんな家に住んでるの</u>？ ○B：海が見える家に住んでいて、朝起きたら、そのままビーチに行ってサーフィンができるよ。 ○A：わー、そういえば、中学生の時から、海が好きだったね。水族館よく行ってたよね。 <u>中高ではなにしてたの</u>、サーフィン？ ○B：サーフィンは高校に入ってから始めたよ。 海の生き物が好きで、そういう勉強ができる大学に進学したよ。 ○A：そうだったんだ！今はハワイでどんな仕事しているの？ ○B：大学でイルカの研究をしていた関係で、ハワイのイルカの研究所に就職したんだよ。 ○A：へー！楽しそうだね、どんな仕事なの？ ○B：イルカの生態を調査するんだけど、「海洋プラスチック」の環境問題を知っている？ イルカを通じて、その影響を調べているんだよ。	○先生がひとり２役でも良いですし、この部分だけ他の先生に助っ人をお願いする、Bを生徒にお願いすると良いでしょう。 ○少しオーバーリアクションで盛り上げて実演しましょう。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
	（実演のつづき） ○Ａ：へー、環境問題にも取り組んでいるんだね。 どんなところが面白いの？ ○Ｂ：とにかく海の生き物が好きなんだ。 絶滅しそうな種類の生き物もたくさんいるから、できるだけ生き残れるように頑張るのがやりがいだよ。 ○Ａ：素敵だね。ところで、今おつきあいしている人はいるの？ ○Ｂ：実は、２年前にハワイの人と結婚したんだ。 ○Ａ：え！国際結婚？！英語で話しているの？ ○Ｂ：うん、中学校では英語全然だめだったけど、今は英語で話しているよ。ペラペラになったよ。もうこんな時間だ！ごめんね。もう行かなくちゃ。また会えるといいね！ （以上で実演は終了） ○こんな感じで、ワークシートの①から順番に、自然な形でインタビューをしてください。 ただスラスラと聞いていくだけだと、すぐにインタビューが終わってしまうので、できるだけ「それはどうして？」「それはどんなこと？」といったように、理由や、具体的なことを質問してみてください。 ○では、インタビューワークに入ります。 どちらが先に聞き手になるか、決めましたか？ （挙手してもらい、準備が整ったことを確認します。）	

⑥　インタビュー実施＋ワークシート記入〔ペアワーク　10 分（５分＋５分）〕

⑤での実演を参考に、ペアでのインタビューをします。

聞き手は、【STEP2】欄「インタビュー相手は・・・」に記入しながらインタビューを行います。

５分経ったら、交代の合図をしてください。
（３人１組の場合は、３分程度で、交代させてください。）

10 分経ったら、終了してください。

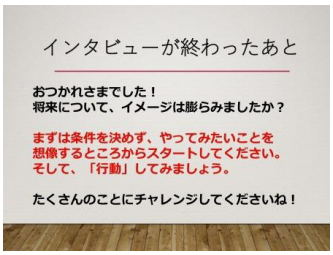
⑦　シェアタイム〔ペアワーク　５分〕

お互いのインタビューをして気づいたこと・感想を伝え合います。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P14 STEP３　感想を伝えあおう 	○お互いのインタビューをしてみて、どうでしたか？自分と似ているところはありましたか？ それとも全然違いましたか？ ○聞かせてもらった感想を、お互いに伝え合いましょう。 ○「好きなことを貫いていて、素敵だった」とか、「私も考えが変わった」など、良かったところを積極的に伝えましょう。	

⑧　振り返りタイム＋統括メッセージ〔個人ワーク　５分〕

最後に、５分で、【STEP4】欄（インタビューを終えて）に記入してもらいます。
記入している間に、先生がライフキャリアについて、生徒たちに伝えたいことを「まとめ」として伝えていただいても良いでしょう。

スライド	内容の詳細	備考・留意点
P15 STEP４　気づきを書こう 	○ワーク全体を通じての気づきや、 大切にしたいこと、これからやりたいことなどを記入しましょう。	
P16  	○記入している間に、聞いてください。 ○今日、このライフキャリアインタビューをして、将来についてのイメージは膨らんだでしょうか？ もしも「まだ良く考えたことがなかった」と感じた人がいたとしても、そのことがわかっただけでも収穫です。 ○こうやって「想像すること」はとても大切です。 というのも、「人間が想像できることは、人間は実現できる」という有名な言葉があります。 想像をしていることで、そこに向かって頑張ろうと思うことができます。 スマートフォンだって「こういうものがあったらいい」と夢を描いたからこそ産み出された商品ですよね。	○最後に、先生から生徒に、未来を考える上で、大切にしてほしいことを伝えても良いでしょう。 ○フランスの小説家、ジュール・ヴェルヌの言葉。代表作に「海底二万マイル」「月世界旅行」

スライド	内容の詳細	備考・留意点
	（「まとめ」のつづき） ○そして、想像するために必要な「想い」や「好奇心」は、どこから生まれるのでしょうか？ 人それぞれではあるものの、何かしらの「体験」「経験」を通じて想いが生まれることが多いです。 例えば、外国人の友だちができて、もっとその人の国について知りたくなるなど。 こうした経験は、他の人はしていない「自分だけのもの」ですよね。 ○ですから、少しでも興味を持ったら、「行動」をしてみてください。 そこで「あれ、違うな」と思ったら別の行動をとればいいし、「これだ！」と思ったら突き進んだらいい。 ○「行動」というのは、例えば、関連する本を読むのでもいいし、その道のプロの人に会いに行く、サイトを検索してみるというところからでもかまいません。 何か一歩踏み出すと、次の一歩が見えてきます。 どうか、今ある「好きなもの」「気になること」「もやもやっとしていること」を大切にしてください。	

8　ワークシートのカスタマイズについて

○　ワークシートの記入欄を減らして考える時間を多めにとる、又は別途生徒に考えさせたいテーマがあるため記入欄を増やす又は変更するなど、状況に合わせて記入欄をカスタマイズしていただいてもかまいません。
ワークシートのデータが必要な場合は、本資料末尾に記載の問合せ先にメールにてご連絡ください。

○　記入欄を追加すると、生徒の集中力が切れてしまったり、時間が足りなくなる可能性があります。
記入欄を減らす場合は、ワークシートの①～⑥の中から、生徒に特に考えさせたいテーマを抜き出すと良いでしょう。

○ ワークシートのカスタマイズに伴い、補足情報も、適宜必要なものを選択してください。

＜ワークシートの修正例＞
「今住んでいるところ」「どんなことをしているか」「パートナー」「子どもが生まれたら」を選択

●表面　ワークシート

未来の自分にインタビュー！　ワークシート

〔クラス〕　　年　　組　〔名前〕

【STEP1】28歳になった自分を想像して、答えを書いてみよう（10分）
【STEP2】ペアになり、質問項目に沿ってお互いにインタビューしてみよう。
＊相手の内容を書きとめよう。（1人につき5分）
【STEP3】 お互いの「28歳」を聞いた感想を伝えあおう。
【STEP4】 気づいたこと、将来やりたいことなどを書き留めよう。

【STEP1】
①28歳のあなたは、今、どんな所・家に住んでいますか？
（例えば、今も実家に住んでいるのでしょうか？東京で1人暮らし？海外生活でしょうか？）

私は・・・	インタビュー相手は・・・

③今、どんなことをしているんですか？どんなことに夢中になっていますか？
（例えば、仕事は？社会にどのように関わったり、貢献しているのでしょうか？）

私は・・・	インタビュー相手は・・・

④今、パートナー（おつきあいしている人、一緒に暮らしている人など）はいますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

⑤今、子どもはいますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

⑥もし、子どもが生まれたら、育児しながら仕事を続けますか？

私は・・・	インタビュー相手は・・・

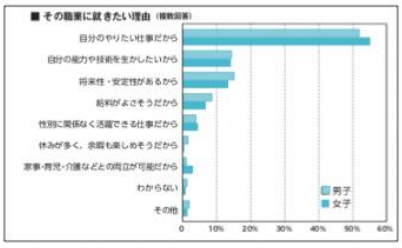
【STEP4】インタビューを終えて、将来に向けて大切にしたいこと、やりたいことなどの気づきを書こう。

●裏面　補足情報

未来の自分にインタビュー！　補足情報

仕事　Q．高校生はどんな理由で職業を選んでいるの？

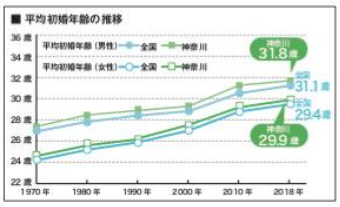
中学生の皆さんの少し先輩に当たる高校生のうち、将来つきたい職業が「ある」と回答した人に対して、「その職業につきたい理由」を質問した結果だよ。
「自分のやりたい仕事だから」が最も多く、次いで「自分の能力や技術を生かしたいから」と、自己実現のために働きたいと思う人が多いみたいだね。
一方で、「給料がよさそうだから」は１割未満で、給料を理由に職業を選ぶ人は多くないことがわかるね。



【データ出典】県：高校生の男女共同参画意識に関する調査報告書（2014 年）

結婚　Q．何歳くらいで結婚すると思う？

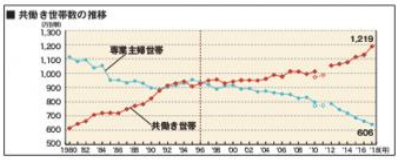
女性も男性も初婚年齢が年々高くなっていることがわかるね。
1970 年は女性の初婚年齢が約 24 歳、男性が約 27 歳であったのに対して、2018 年では全国の女性は 29.4 歳、男性は 31.1 歳まで高くなっているね。
神奈川県では、さらに男性 31.8 歳、女性 29.9 歳と全国平均よりも高くなっているよ。
このような現象を晩婚化というんだ。



【データ出典】厚生労働省：人口動態調査（2018 年）

働き方　Q．共働きと、片働きと、どっちが多いと思う？

1980 年は、夫が働き妻が専業主婦という片働き世帯が圧倒的に多かったのに対して、1997 年以降は共働き世帯が専業主婦世帯を上回り、増え続けていることがわかるね。
ちなみに、共働きの方が、片働きよりも１ヶ月あたり 12 万円ほど実収入が高く、実支出も４万円ほど多いよ。



【データ出典】内閣府：男女共同参画白書（2019 年）/総務省：家計調査（2019 年）

【問合せ先】
神奈川県　福祉子どもみらい局　共生推進本部室　男女共同参画グループ
〔電話〕045-210-3640　　〔FAX〕045-210-8832　　〔e-mail〕jinkendanjo.danjo@pref.kanagawa.jp