

1

節

# 人生を見通す

「将来の夢」を問われた時、「大人になったら、どのような人生を歩みたいか」ということを漠然と思い描いていたのではないだろうか。将来どのような人生を送りたいか、自分の生き方を思い描き構想する時、何に価値を見だし、どのようなことを実現して生きていくのかということ、意識的に考えていくことになる。そのためには、まず、自分自身を知り、自分の潜在的な能力を見いだすことから始まる。そして、思い描いた人生を送るためには、具体的な計画が必要となってくる。

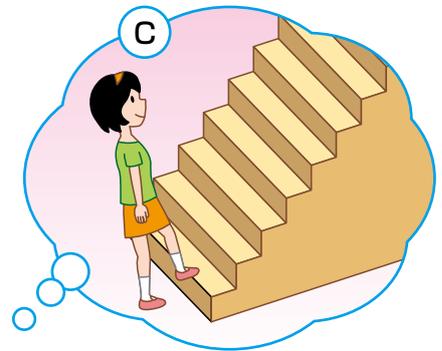
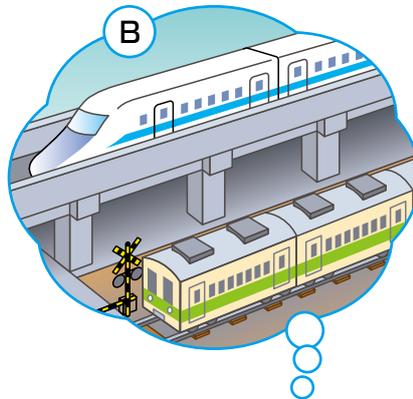
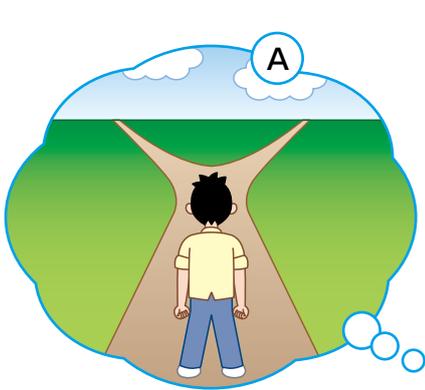
このように、自分自身を見つめ、自分のリソース（資源）を見だし、自分の生き方を問い直し、将来を見通し自分の人生を考え続けること、それがライフプランニングである。

ライフプランニングの入口に立つために、子供から大人への過渡期である高校生の「今」の自分を出発点として人生を見通してみよう。

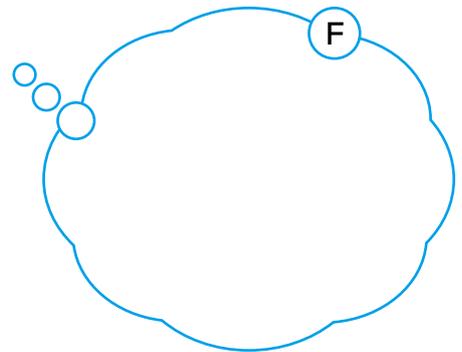
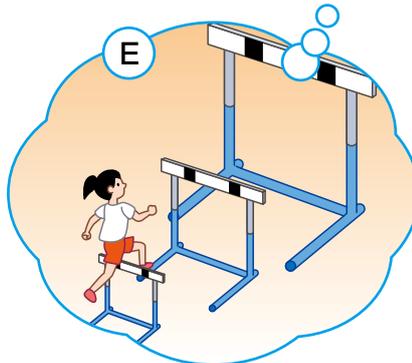
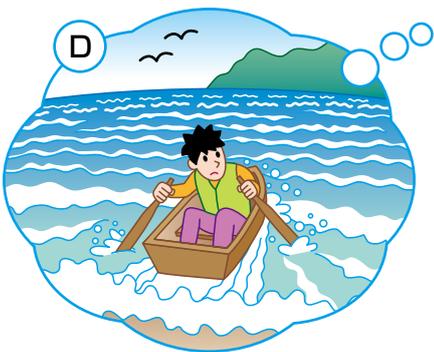
## ワーク 1

① 自分の人生のイメージを、次のA～Eの図から選んでみよう。

どれもあてはまらない場合は、Fの中に自分のイメージを描いてみよう。



自分のイメージに近いのは \_\_\_\_\_

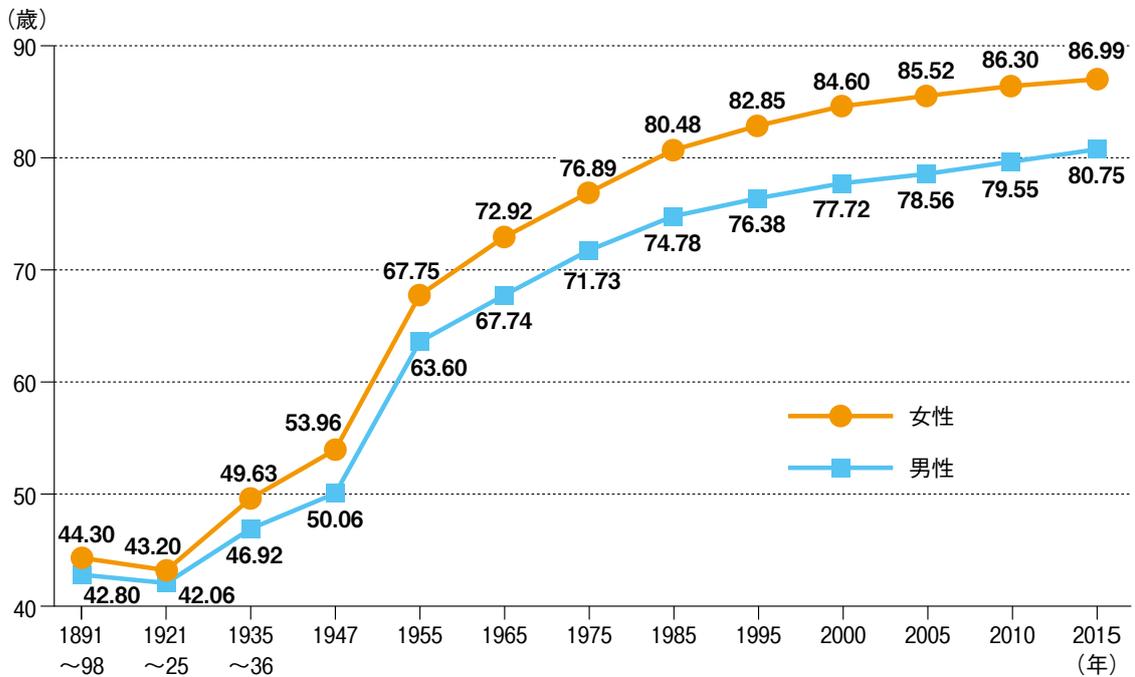


② ①で選んだ、または描いたイメージと、その理由を話し合ってみよう。

## ライフプランのグランドデザイン

日本は、この100年で平均寿命が約40年も伸びた。100歳以上の高齢者は、平成30年9月現在約7万人いる。高齢期を生き生きと元気に過ごすためにも、人生を見通してみる必要がある。

図1 平均寿命の推移



出典：厚生労働省「第22回生命表（完全生命表）」（平成27年）

## ライフイベント

人生には様々な出来事（ライフイベント）がある。

ライフイベントの中には、人生に重要な意味を持ち、転機となるものもある。例えば、結婚や就職などのように、自らの意志で選び取るものもあれば、自分や家族のけが、病気など本人の意思によらないものもある。

### ワーク 2

① これから自分が経験するであろうライフイベントに○をつけてみよう。

- 進学
- 卒業
- 就職
- 昇進
- 転職
- 退職
- 転勤
- 失業
- 結婚
- 妊娠
- 出産（子の誕生）
- 子育て
- けが・病気
- 親元から独立
- その他（                      ）

② ①をもとに、楽しいライフイベント、心配なライフイベントについてグループ分けして話し合ってみよう。