

3

節

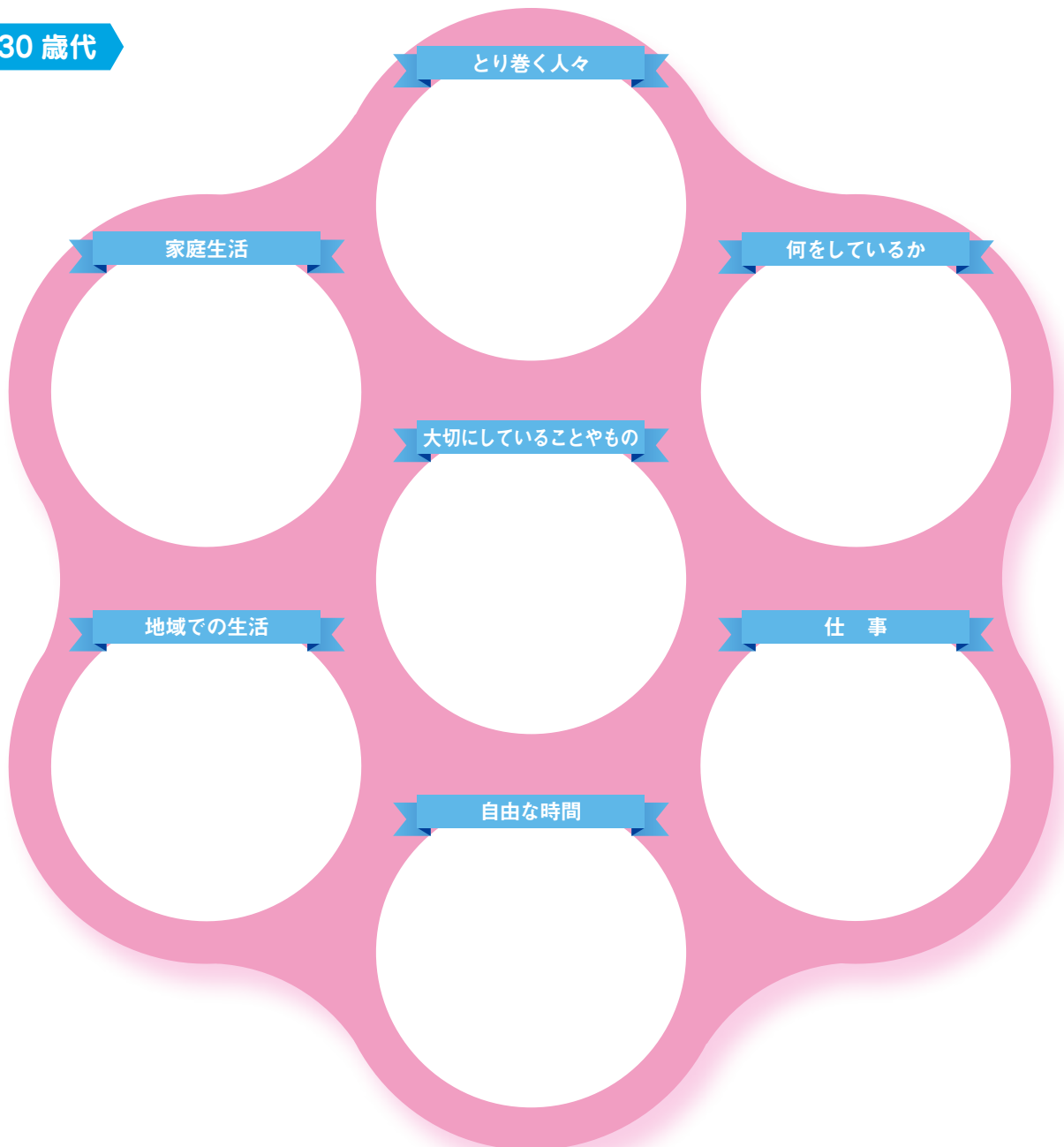
# 目標をもって今を生きる

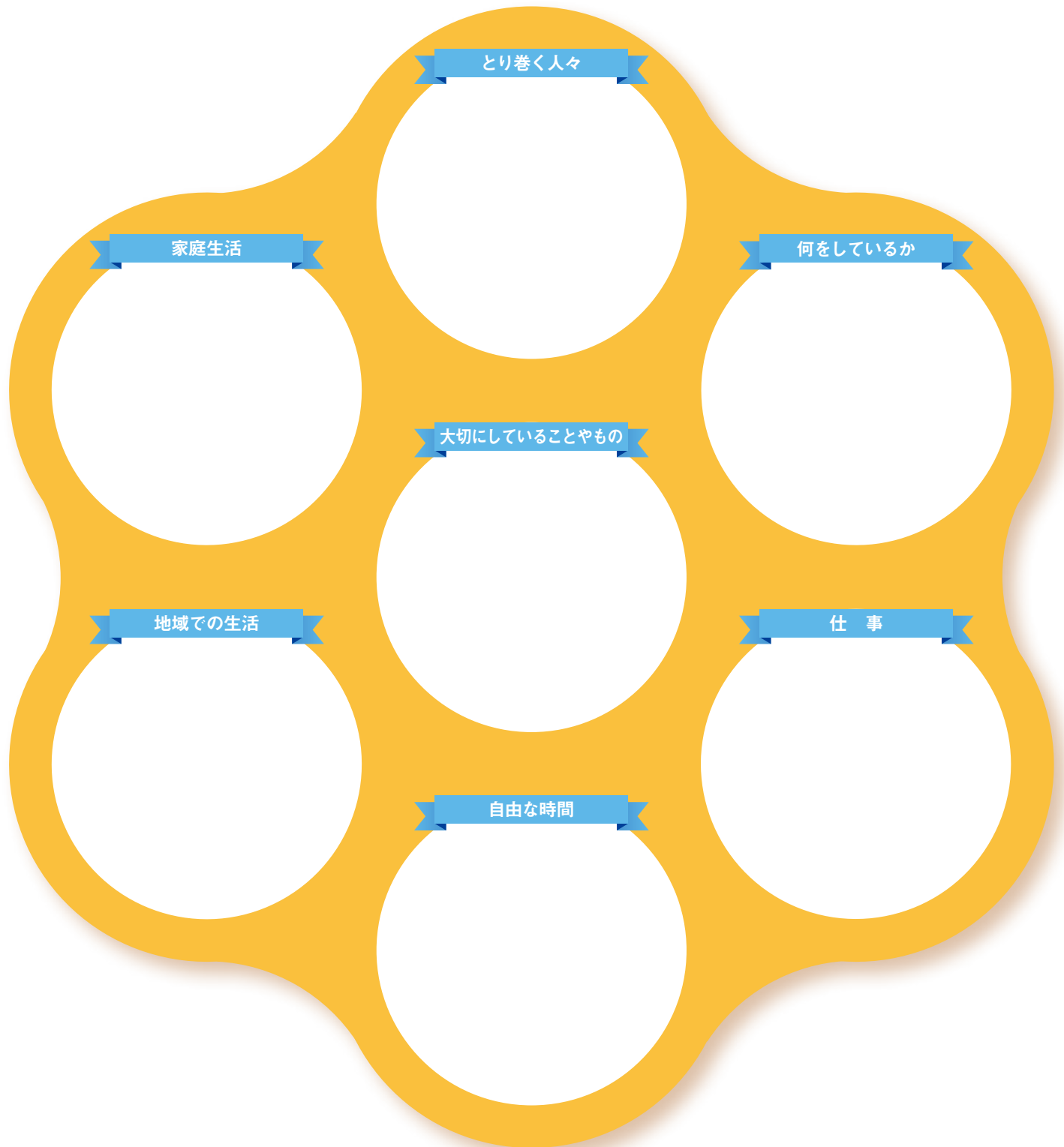
ここでは、具体的に将来のライフスタイルを想像してみよう。何をしているか、どんな仕事をしているか、どんな家庭生活、地域での生活を送っているか、自分の周りにはどんな人々がいるか、大切にしていることやものは何か、自由な時間をどのように過ごしているか、想像できるところから書いてみよう。もちろん、すべてを記入する必要はない。思いつくことから想像し、書き出してみよう。

そして、長い人生を見通してから、「現在」の自分を見つめ直し、目標を考え、その目標に向かって、今の自分がすべきことや大切にしたいことなど書き出してみよう。

最後に、高校生の「今」を出発点として、未来の予想図を描き、なりたい自分になるための行動宣言をしてみよう。

18 ~ 30 歳代





とり巻く人々

家庭生活

何をしているか

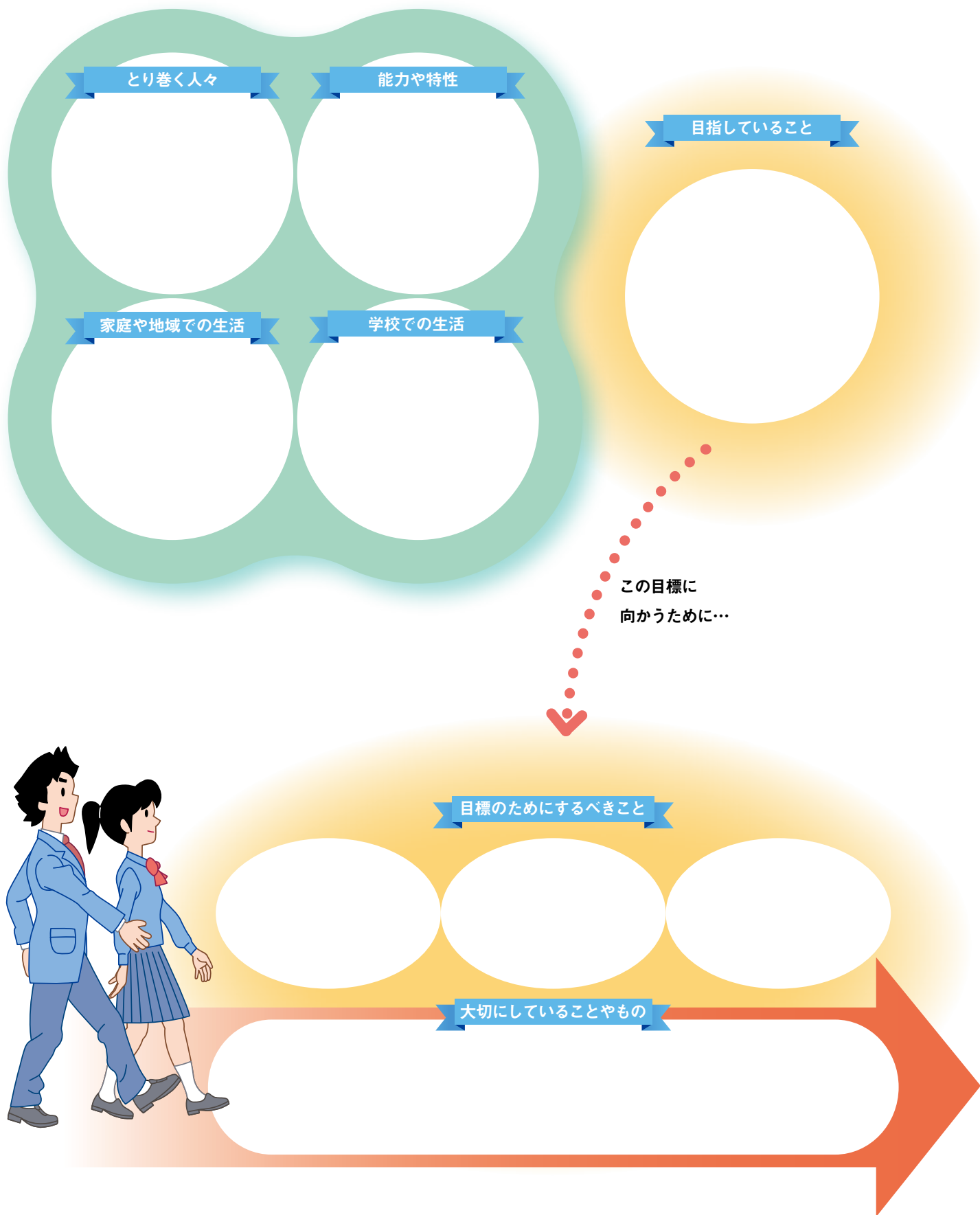
大切にしていることやもの

地域での生活

仕事

自由な時間

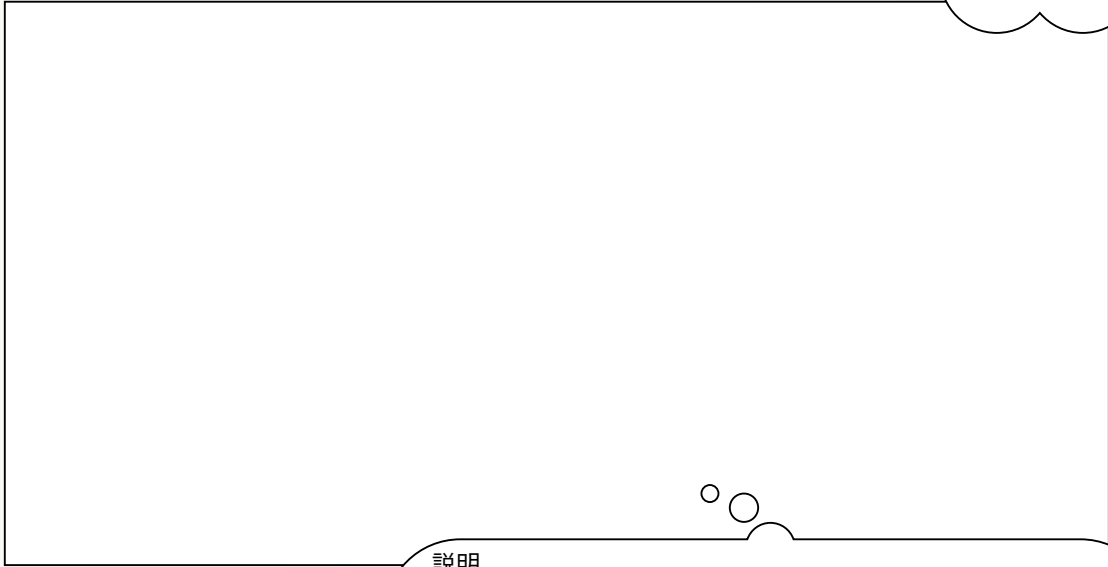
現在




# 私の未来宣言

未来予想図  
周りの様子も  
入れてみよう


\_\_\_\_\_  
歳のわたしへ  
.....



説明



なりたい自分になるために（箇条書き）



\_\_\_\_\_  
年 月 日 氏名

## インターネットを活用して、ライフプランニングに役立てよう

多くのホームページで様々な情報を得ることができる。社会における支援や取り組みについて知ることで、充実したライフプランニングにつなげよう。

また、各地方公共団体において、アルバイトや仕事のこと、妊娠・出産・育児のこと、介護のことなど様々な相談窓口や取組、サービスなど様々なサポートがある。自分の住んでいる地方公共団体のホームページも一度のぞいてみよう。

### 内閣府

内閣府が公表している各種白書・報告書や統計・調査結果などの情報が紹介されている。



身近な問題の相談先を紹介している「暮らしの相談窓口」などもあるので、調べてみよう。



### 文部科学省

文部科学省における教育、科学技術・学術、スポーツ、文化に関する施策などが紹介されている。



男女共同参画、家庭教育支援、消費者教育の推進、高齢者教育の推進などの取組を見てみよう。



### 厚生労働省

厚生労働省が行っている社会福祉、社会保障、公衆衛生の向上や、働く環境の整備、職業の安定に関する施策などが紹介されている。



仕事と家庭を両立しやすい職場環境づくりを推進している「くるみん」認定制度も知っておくとよい。

