

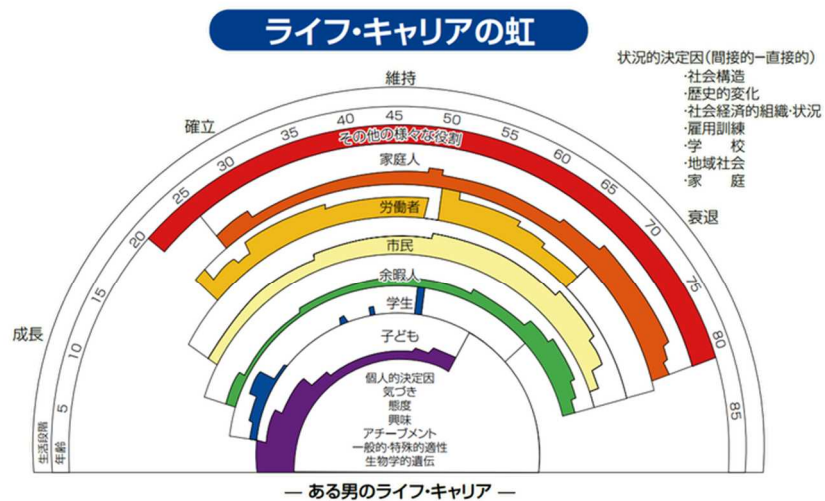
3)

D. E. スーパーはアメリカの心理学者。スーパーは、キャリアを「ライフステージ」と「ライフロール」と2つのステージで考えました。ライフステージとは、人生を5つの発達段階に整理し、段階毎の発達課題に取り組むことを通じて人間的な成長を遂げてゆくという考え方です。

「ライフロール」とは、キャリアを人生のそれぞれの時期で果たす「役割（ライフロール）」の組合せであると考え、自分なりの価値観・興味関心・性格などは、複数の役割を並行して果たす中で確立されてゆくと考えました。

[ワーク]

D. E. スーパーは、「キャリアは生涯を通じて発達する」とし、キャリアを人生のある年齢や場面の役割の組み合わせと捉え、家庭や社会でさまざまな役割を経験し積み重ねていくことで、自身のキャリアが形成されていくとしました³⁾。そのため、人は生まれてから死ぬまで一生涯にわたって、さまざまな役割（ライフロール）を担う考え、生涯のキャリアを「時間」と「役割」を組み合わせ「ライフキャリアレインボー」として表現しました。



— ある男のライフ・キャリア —

「22歳で大学を卒業し、すぐに就職。26歳で結婚して、27歳で1児の父親となる。47歳の時に1年間社外研修。57歳で両親を失い、67歳で退職。78歳の時妻を失い81歳で生涯を終えた。」D. E. スーパーはこのようなライフ・キャリアを概念図化した。

出典 文部省「中学校・高等学校進路指導資料第1分冊」平成4年

ここで、皆さんの身近な社会人(たとえば親、アルバイト先の人など)は、どのようなキャリア・アンカーを持ってそれぞれの役割をはたしているのか予想してみましょう。

次のページの表の中に、当てはまるところに○を、やや当てはまるところに△を、当てはまらないところは空欄で、それぞれ記入してみましょう。

記入できたら、グループの人と話し合ってみましょう。



キャリア・アンカー		役 割					
		仕事	家事	趣味	学習	ボランティア	地域活動
①	専門・職能別能力						
②	経営管理能力						
③	自律・独立						
④	保障・安定						
⑤	起業家的創造性						
⑥	奉仕・社会貢献						
⑦	純粹挑戦						
⑧	生活様式						

話し合いの感想

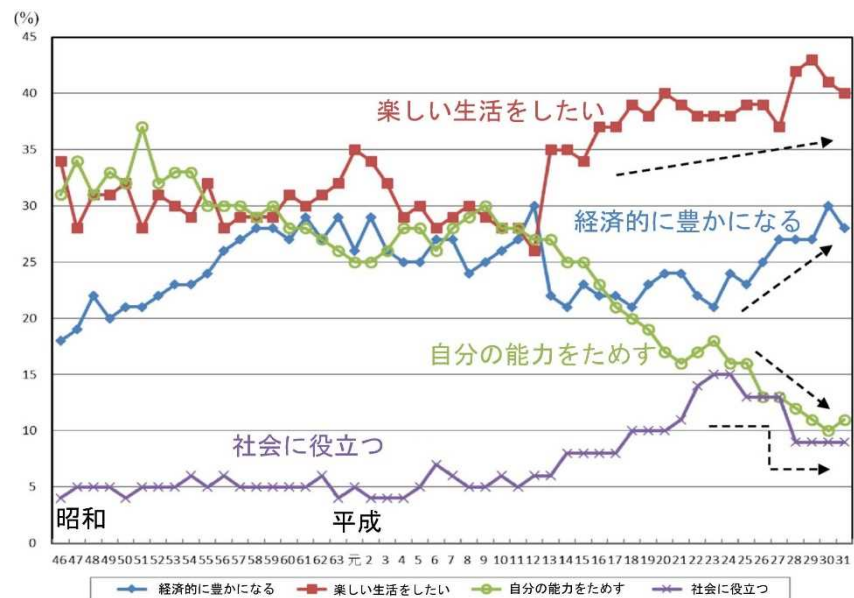


社会で働いている人(キャリア・アンカーが形成されている人)に、何のために働いているのかインタビューしてみると、自分に近い考え方の人やまったく反対の考え方の人など、それぞれが多様な価値観を持っていることに気づく良い機会となります。

ここまで、何のために働くのかについて学んできました。

では、働くのは自分のためだけなのでしょうか？皆さんは、どう思いますか。高齢化社会が進む中で、シニア世代の方々が経済的な理由とは別に働かれている例があります。

なぜか、考えてみましょう。



平成31年度 新入社員働くことの意識調査 日本生産性本部

上のグラフは日本生産性本部経年調査している「働くことの意識調査」のデータです。1割近くの人が「社会に役立つ」ことが働く目的だと答えています。キャリア・アンカーでみると、「奉仕・社会貢献」にあたるといえるでしょう。また、実際に働いている社会人に「仕事をしていて、やりがいを感じる時は？」と尋ねると、ありがたいと言われた時や感謝された時と答える人も多くいます。

自己の経済的な観点から働いているだけでなく、自分が社会を支えている、他の人の役に立っているといった自分も含めて社会に貢献していると実感を得られることが、働くことの意義につながっていくといえるでしょう。

4)

内閣府「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」(平成30年度)。

2013年に比べ、「結婚したほうがよい」は、11.6ポイント低くなっている。「結婚しないほうがよい」は、逆に8.5ポイント上がっている。結婚したほうがよい理由は、2013年に比べ、「自分の子供や家族をもてる」は9.2ポイント、「精神的な安らぎの場が得られる」は5.4ポイント、「親を安心させたり周囲の期待にこたえられる」は5.1ポイント低くなっている。

また、内閣府「結婚・家族形成に関する意識調査」報告書(平成26年度)では、結婚相手に求める条件は、全体では、「価値観が近いこと」(75.6%)が最も高く、次いで「一緒にいて楽しいこと」(74.5%)、「一緒にいて気をつかわないこと」(73.5%)が高い。男女別にみると、男性では「価値観が近いこと」(72.2%)が最も高く、女性では「一緒にいて楽しいこと」及び「一緒にいて気をつかわないこと」(ともに80.0%)が最も高い。・「容姿が好みであること」、「家事や家計をまかせられること」が、

(2) 二人で共に生きる

私たちは様々な人たちと出会い、行動を共にしたり議論をしたりといった経験を積むことで、生き方(考え方)を豊かにしているといえます。それら多くの人との出会いの中から、やがて好きな人や、生涯を共に生きていきたいと思う人に巡り会うかもしれません。

ここでは、結婚やパートナーと共に生き、家庭を築くことについて考えてみましょう。



異なる環境に育った二人が、結婚により共同生活を始めると楽しいこともある反面、戸惑うこともたくさん起こりうるでしょう。「パートナーシップ」とは協力関係を意味しますが、相手をありのままに受け入れること、相手のネガティブな面とも向き合うこともパートナーシップの重要な内容になります。

家庭という共同成果では、当然生活費や家事の分担、仕事のことやお互いの家族のことなど、互いが納得するように話し合いながら決めていかなくてはなりません。このお互いを尊重しながら課題を解決することが、パートナーシップを強くするといえます。

現代の日本社会では、晩婚化・非婚化の傾向、離婚率の上昇などを背景に、家族構成の在り方は多様化して来ています。

結婚観について聞いた調査結果⁴⁾では、「結婚したほうがよい」が50.9%。「結婚しなくてよい」が35.4%であった。また、「結婚したほうがよい」理由は、「自分の子供や家族をもてる」(63.8%)で最も高

女性に比べて男性では高い。

女性では、「金銭感覚」，「経済力があること」，「恋愛感情」が続く。また，「家事分担」，「職種」，「学歴」なども重視され，全般的に，結婚相手に求める条件が多く挙げられている。

5)

PwC Japan グループによる「結婚観・家族観に関するアンケート（個人の価値観から少子化の原因を考える）」（2020 年実施）

結婚を決めたきっかけについて，男性は「特にきっかけはないが一緒に暮らしたいと思った」が最も多く（28.4%），次いで，「自分の年齢を考えて」（25.7%），「相手の年齢を考えて」（22.2%）が多く，女性

は，「自分の年齢を考えて」が 33.3%と最も多く，続いて「特にきっかけはないが一緒に暮らしたいと思った」（25.4%），「家族・子どもがほしくなった」（22.0%），「交際期間の長さを考えて」（20.3%）となっている。

い。次いで「愛情を感じている人と暮らせる」（57.7%），「精神的な安らぎの場が得られる」（54.4%）となっている。

別の調査結果では「結婚したほうが良い」（含事実婚）が 45.9%，「結婚しなくて良い」（含結婚はしなくてもよいが，恋人はいた方がよい）40.7%であり，独身者に結婚していない理由を尋ねた結果は，20代は「まだ若い」が最も多く（32.2%），「適当な相手に巡り合わない」（31.6%）もほぼ同程度，次いで「自由な時間や気楽さを失いたくない」（23.6%）で，30代は「適当な相手に巡り合わない」（42.5%）が最も多く，「異性とうまく付き合えない」（30.5%），「自由な時間や気楽さを失いたくない」（29.3%）と続いている⁵⁾。

価値の多様化が進む現代社会において，結婚観も含めて，生活の基盤としての家族・家庭の意義を考えてみましょう。

[ワーク]

結婚や家族についてあなたの考えを書いてみよう。

お互いがよりよく生きるため，パートナーに求めることはなんだろうか。

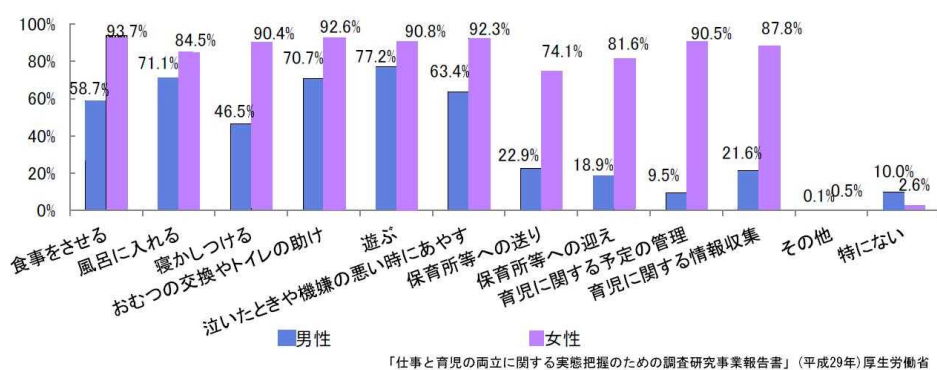
6)
厚生労働省：平成29年度
「仕事と育児の両立に関
する実態把握のための調
査研究事業報告書 労働
者アンケート調査結果」

(3) 子どもを育む

前章でみた結婚観の意識調査では、結婚したほうがよい理由の1位は「自分の子供や家族をもてる」でしたが、皆さんは、子供をもつことや子供の存在について考えたことがありますか。また、育児について考えたことはありますか。

私たちは、皆、かけがえのない命として生まれ、今日まで育てられてきました。少子化と言われる現代日本がかかえる課題について、育児という視点から考えてみましょう。

下のデータは、共働き世帯における子育てで担当している内容についてのアンケート結果です⁶⁾。



データから読み取って考えたことを書いてみよう。

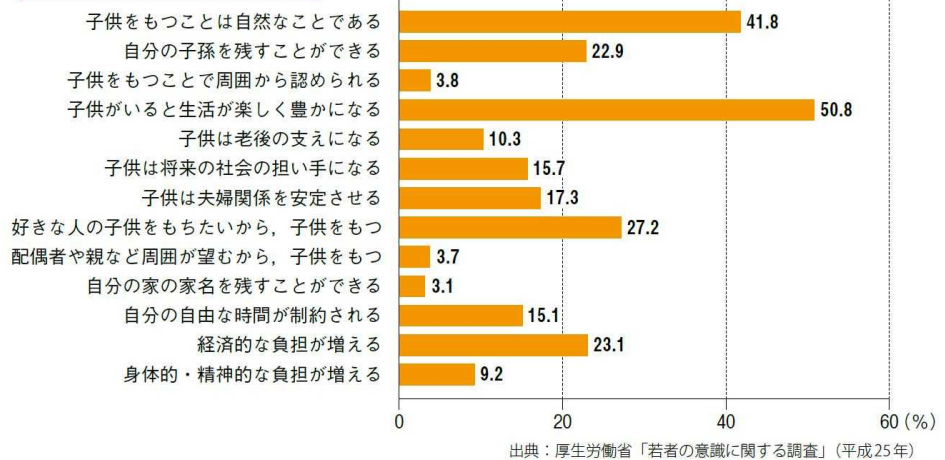


考えたことを、グループで話し合ってみよう。



下のデータは、子どもを持つことについての意識調査の結果です。このデータから、皆さんは何を読み取りますか。

子供をもつことについての考え方



データから読み取って考えたことを書いてみよう。



考えたことを、グループで話し合ってみよう。



〔話し合っの感想〕

さて、「子にとって母とは何か」「子にとって父とは何か」という視点で、子育てを考えたことがありますか。子どもを養育する母親には、母性行動を発現・促進するメカニズムが存在し、父親にも父性行動を発現・促進するメカニズムが存在します。そのメカニズムをうまく動かすためには、必要な環境を整えることが重要となります。資料から、それらメカニズムと、それを機能させる環境を確認しましょう。

資料からわかったこと



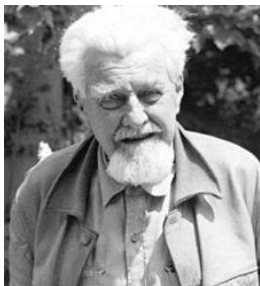
男性と育児

一人生100年時代を生き抜くために
必要なことー



鳥に関する親子の形成メカニズムを発見したのはここに示すコンラート・ローレンツ博士です。

コンラート・ローレンツ博士



- ・ 生年月日: 1903年11月7日
- ・ 出身地: [ウィーン](#)
- ・ 死没: 1989年2月27日 (85歳)
- ・ 受賞歴: [ノーベル生理学・医学賞を受賞\(1973年\)](#)しています
- ・ コンラート・ツァハリアス・ローレンツは、オーストリアの動物行動学者。コンラッド・ローレンツとも表記される。**刷り込み**の研究者で、近代動物行動学を確立した人物のひとりとして知られています。

それでは親と子のきずなのメカニズムについて、
ヒトではどうなっているのでしょうか。

ヒトについて考えるとき、ヒトに最も近い動物、霊長類の中でもサルを対象とした実験が多く行われてきました。それは、サル社会においては母親ザルは自分で産んだ子供を自分で保育するという哺乳類共通の基盤を有しているからです。

母ザルは生後1か月間は生まれた子ザルを抱っこしながら一緒に生活をします。その後1年ほどは子ザルと少し離れた生活をします。ただしこの間、周りのサルたちが子ザルにちょっかいを出そうとすると、すぐに母ザルは子ザルに近寄り、周りのサルを追っ払い子ザルを守ろうとします。その後の年少期は**ほっとく教育**ですが、何かあればすぐに子ザルを守る態勢に入ります。

では母ザルの役割には何があるのでしょうか。

- 1 つ目は子を保護すること、
- 2 つ目は食事を与えること、
- 3 つ目は種固有の行動様式を伝えることと言われています。



子にとって母とは何か

【ツバメの雛の成長】

数年前から大学構内でも見かけるようになったツバメは、オス・メスとも交互に抱卵し、雛がかえった後は、交互に雛にえさを運びます。育った雛はその後マレー半島、インドシナ半島、フィリピンなどの遠くまで渡り越冬し、春になると親は再び同じ巣に戻り、子育てを行います。



このような鳥の親子の形成メカニズムはどうなっているのでしょうか。

コンラート・ローレンツによる**鳥にみられる刷り込み(imprinting)現象**



ローレンツは、ハイロガンの卵を人工孵化して、**ガチョウ**に育てさせようとしてしました。

ガチョウが孵化させた雛は、当然のようにガチョウの後について歩き、ガチョウを親と見なしているようにふるまいました。



ところが、一つの卵だけをローレンツの目の前で孵化させたところ、その雛は彼を追いかけようになり、ガチョウのふところへ押し込んで、他の雛がガチョウについて行くのに、その雛だけは彼を追ったといいます。

卵からかえった雛は、最初に目にしたものを親と認識する刷り込みが起こります。
このことが親と子の絆を確実に、かつ強固にします。

鳥類にはこのようなメカニズムが存在します。

Harlowの実験(1958年)

サルを対象とした実験の中で、母子隔離の影響について、1950年代世界で最も独創的、画期的な方法で示したものがHarlowの実験です。

実験では母ザルから生まれた子ザルは、すぐに母親ザルから引き離され、母子隔離によって育てられます。Harlowらは、この間に金網で作った「**金網の母親**」と、その周囲にテリ織服地(肌に柔らかい布)で覆った「**テリ織服地の母親**」の2つの母親を作成し、「金網の母親」の胸元には哺乳瓶を付け、子ザルはミルクを飲みたいたときにはいつでもミルクが飲めるようにしました。

Harlowらの当初の予想は、子ザルはいつでもミルクの飲める「**金網の母親**」のもとに**いるであろうと考えました**。ところが予想は見事に外れ、子ザルは1日のほとんどを「**テリ織服地の母親**」のもとで過ごし、ミルクを飲む時のみ「**金網の母親**」の哺乳瓶からミルクを飲みに行きました。

この実験からHarlowらは、テリ織服地の母親との接触は、子ザルの不安や恐怖・孤独感を減らすのに有効であり、テリ織服地の母親との接触によって生じた感覚的刺激は、子ザルに生来的・本質的満足を与えていると結論付けました。

*** 見方を変えると、母と子のスキンシップの重要性を説いたものでもあります。**

その後、母親ザルから隔離された子ザルはどのように育っていったのでしょうか。
母子隔離され、育った子ザルはいよいよ自然界のサル社会の中に放り出されます。そこでは、下記に示す3つの事柄が欠如していることが明らかとなりました。

- 1, 社会性の欠如: 社会適応の欠落
- 2, 性行動、性反応の異常性
- 3, 母性行動の欠如



ポイント: 社会性・性行動・母性行動は本能ではなく、生後の学習によって得られる行動といえる。

* 生後の学習の中で重要なことは、次の事柄であるといわれています。

1. 母親、あるいは保育者の重要性
2. 仲間や集団との相互作用による発達過程の重要性

ヒト新生児は…

最も進化した哺乳類であるにもかかわらず、非常に未熟な状態で生まれてきます。

このことをアドルフ・ポルトマンは次のように述べています。

「人間は生理的早産の状態では生まれてくる。人間は生後1歳になって真の哺乳類が生まれた時に実現している発育状態にようやくたどり着く。」



要するに、人にとって生まれてからの1年は大きな意味があることを指摘しています。

* 詳細は「人間はどこまで動物か」(岩波新書)

哺乳類新生児(仔)の出生時の特徴としての、就巢性と離巢性。

就巢性:

ネズミなどの進化の低い哺乳類は、出生後巣の中で親によって育てられる



離巢性:

馬や牛などの進化の段階の進んだ哺乳類は、かなり成熟した状態で生まれてくる。そのため出生後まもなく巣離れする。



それではヒト新生児はどうでしょうか。

生まれてきた我が子に 母親が最初にかける言葉ランキング

(19. 11. 16信越放送)

1. ありがとう(無事に生まれてきてくれて) 44人
2. やっと会えたね、待ってたよ 11人
3. こんにちは 10人
4. よくがんばったね 8人
5. おつかれさま 5人

この世に産まれた赤ちゃんとの関係は、このような会話から始まります。

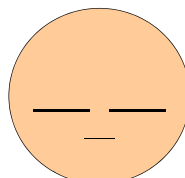


これは生まれたばかりのヒトや動物の写真です。
かわいと感じる学生が多いのではないのでしょうか。
なぜかわいと感じるのでしょうか。

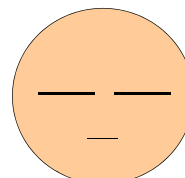
赤ちゃんがかわいい理由

1. かわいい顔は哺乳類の特徴
目の位置に注目してください。真ん中より下に位置する場合、かわいと感じるということです。
2. 赤ちゃんはお母さんの子宮の中で育ち、未熟なまま産まれてきます。その後長期間授乳が行われますが、長い期間育てる時、子どもがかわいと思えないと子育ては続きません。これはヒトでも動物でも一緒です。また種には、かわいいものを守るという習性があるということです。

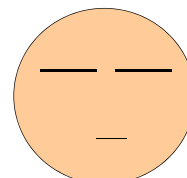
(コンラート・ローレンツ博士より)



生まれたての赤ちゃん



子ども



大人

ヒトの場合、母と子の関係の中で、授乳は重要な役割を有しています。

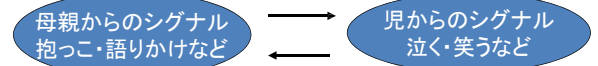


授乳の風景

母子関係の理論を打ち立てたE.H.エリクソンは、人との基本的信頼関係を形成する上で、母と子の人間関係は以下のように非常に重要であると述べています。

母と子の初期の人間関係は、人間が一生の間に持ついろいろな人間関係＝信頼関係の原型となる。乳幼児は、母親を介して外界と交渉を開始する。その中心的な役割を果たすものが授乳であり、安心して乳を吸うという行為は、安心して外界を受け入れるという精神活動の原型となる。

これをエリクソンは基本的信頼関係の礎と指摘し、1歳頃までに獲得しておかなければならない発達課題の最初の課題として非常に重要視している。



シグナルに気づく・適切に反応することが重要

例えば、赤ちゃんが泣くと母親はそのシグナルに気づき、なぜ泣いているのかなと考えます。おっぱいかな、オムツかな、抱っこしてほしいのかなとだんだんわかるようになってきますが、重要なことは赤ちゃんが欲している事柄に適切に対応できる・反応できることです。このことで赤ちゃんは快適と安心を得ることができ、その役割を有するのが母親ということになります。

John Bowlby(ジョン・ボウルビー)も母子関係の理論を打ち立てた第1人者として有名です。

John Bowlby: 母子関係の理論

愛着行動 (attachment behavior)

母子間のつながりを密接にするとと思われる泣き行動や微笑・後を追う・吸う・しがみつく・呼びかけなど、他者を求め他者に接近しようとする行動を「**愛着行動**」といいます。

また、子どもの愛着行動に報いるための親の行動は、「**養育行動**」と名付けられています。

愛着行動のいくつかは、産まれた直後からすでに始まっており、この行動は、その後ある特定の対象に対して強く示されていくようになります。種によって決められた一定期間、母性的対象との結びつきの中で子どもは成長・発達していきます。

親が示す養育行動として重要なものは、引き寄せ(retrieving; 愛撫や抱っこなどの抱き寄せ)行動です。

親と子の愛情的絆は、形成が容易であり、忘却は困難であるといえます。

母子関係については以下のように様々な理論があります

研究者	年代(発表年)	理論
ジークムント・フロイト	1856-1939 (1895)	心理学的発達理論
ジョン・ボウルビー	1907-1990 (1958)	愛着理論: 母子関係の理論
メラニー・エインスワース	1913-1999 (1960-1970)	愛着理論: 安全基地
ルネ・スピッツ	1888-1974	愛着理論: ポスピタリズム(施設症候群)
E.H.エリクソン	1902-1994 (1977)	心理社会的発達理論
クラウス&ケネル	(1970)	母子相互関係発達理論

ヒトにおける親と子の関係は、何よりも母と子の関係の中で形成されるという理論であり、子にとって母親の重要性を説いたものがこれらの理論です。

子にとって父とは何か

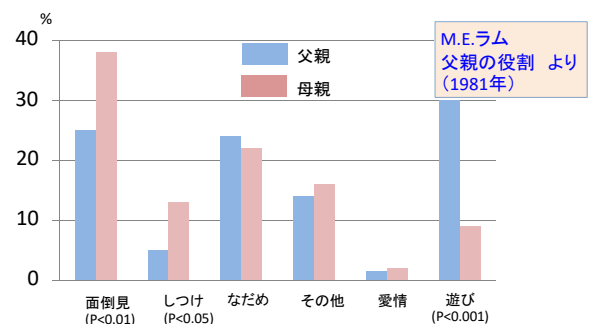


親と子の関係を調べようとする、これまで述べたように母親と子どもに関する理論は非常にたくさんあります。

しかし当時、父親と子どもに関係する理論はほとんど見当たりませんでした。日本で紹介されている父親と子に関する著書には以下のようなものがあります。

1. M.E.ラム「父親の役割」家政教育社(1981年)
2. マーチン・グリーンバーグ「父親の誕生」メディカ出版(1994年)

親との身体接触出現総数の目的別割合



母親は、子育ての過程で面倒をみたり、しつけを行う時に父親より多く登場します。一方父親は、遊びの場面で母親に比較して有意に多く登場するという報告です。

皆さんはいかがでしたか？お父さんは遊んでくれましたか。

この本では、父親は子供がうまく反応できない頃には子育てに登場せず、子どもに反応が出て来る頃、ちょうど遊び相手になる5~6ヶ月以降からようやく登場すると述べています。この時代、子育てへの父親の登場は遅かったことを示しています。

わが子に対する父親の感情(マーチン・グリーンバーグ) 没入感情(のめり込みの感情、engrossment)

1. 赤ちゃんに対する強い視覚的意識が見られる。
2. 赤ちゃんに触れたいという強い意識が見られる。
3. 自分の赤ちゃんは他人の赤ちゃんとは違ってはつきり違って見える。
4. 赤ちゃんは全く申し分なく見える。
5. 父親はわが子に対して強い魅力を感じ、意識を集中させる。
6. 父親は気分が高揚し、ウキウキとする。
7. 父親は自尊心の高まりを感じる。

(父親の誕生、メディカ出版、1994年)

これはマーチン・グリーンバーグが書いた「父親の誕生」に書かれている父親の、子に対する感情で、児に対するのめり込みの感情・没入感情(engrossment)であるとしています。

なお、これらは精神科医である著者が、自分の子が生まれた時の感情を客観的に分析示したものです。

動物の世界では、オスが育児に 積極的に関わっている種もたくさんいます。これはコウテイペンギンの例です。お父さんは頑張っています。

コウテイペンギンの子育て

コウテイペンギンは、南極の零下数十度の冬の氷原で繁殖を始めます。このためコウテイペンギンは「世界でもっとも過酷な子育てをする鳥」と呼ばれることもあります。オスは卵を足の上に乗せ、抱卵嚢(ほうらんのう)と呼ばれる両肢の間のお腹のだぶついた皮を使って卵を抱き温めます。卵の孵化に必要な抱卵は、雌ではなく雄のコウテイペンギンが行います。

オスは地吹雪が吹き荒れ-60℃になる極寒の冬の氷原上で身を寄せ合い65日間に渡り抱卵を続けます。抱卵中のオスは雪を食べるしかない絶食状態となり、孵化する頃には オスの体重は40%以上も減少してしまいます。繁殖地へ移動した頃から数えると約120日間も絶食していることになります。

夏にはヒナが生まれますが、メスがまだ戻ってきていない場合には、オスは食道から分泌した白色の乳状の物質(ペンギンミルクと呼ばれる)を餌としてヒナに与えます。メスが海から戻ってくると、ヒナの給餌はメスが行うため、オスはやっと海に出て行けることとなりますが、遠い海までの道のりで力尽き死んでしまうオスもいます。



分子レベルからみた 母性行動・父性行動の発現制御機構



これはカルガモの親子です。鳥は雛が孵る間、抱卵行動を続けます。そして時期が来れば殻を破り雛が誕生します。雛は最初に目にしたものを親と認識し、あとを追いかけます。ここまでは最初に述べたローレンツのお話です。

親は雛が生まれるまでの抱卵時、親鳥の血中**プロラクチン**濃度は増加しているといわれています。このプロラクチンというホルモンはヒトにも認められているホルモンです。

最も知られている作用は乳汁を産生する作用ですが、最近では母性行動を誘発するホルモンとしても知られてきています。

また、最近では脳下垂体 後葉ホルモンである**オキシトシン**も、母性行動の発現と深く関わっていることが明らかになってきています。

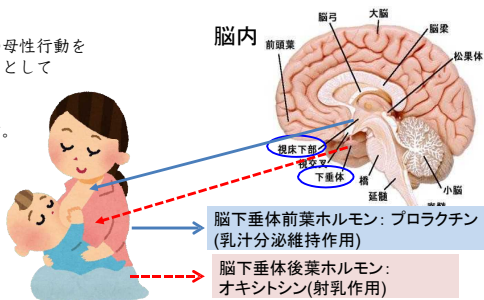


プロラクチンやオキシトシンの分泌について

母親・父親のみでなく、高校生男女についても小さい子どもとの抱っこや接触によって、プロラクチンやオキシトシンの分泌が高まることが報告されています。



ヒトでは、我が子への母性行動を促す代表的なホルモンとしてプロラクチン及びオキシトシンの2つが挙げられます。



これら2つのホルモンは、上の図に示すように、母親からの赤ちゃんへの授乳、要するに乳児の乳頭への吸啜刺激によって、これら2つのホルモンは同時に母親の脳下垂体から分泌される仕組みになっています。授乳により赤ちゃんは栄養を確保しますが、同時にこれら2つのホルモンの分泌増加によって母親の母性行動がより強固に促されるシステムがヒトには存在していると推測されます。

分子レベルからみた母性行動の発現制御

1. 授乳の重要性

母性行動の発現に関連するホルモンはプロラクチンとオキシトシンで、これらのホルモンを分泌させる確実な方法は授乳であり、母性行動を促すために授乳は重要な役割を有します。

2. 母性行動発現制御遺伝子

母親のみでなく、父親および前過程にある男性および女性にも母性行動を促進する遺伝子やホルモンが存在し、これらのホルモンや遺伝子は、子どもに継続して関わっていくことによって徐々に分泌し、行動が発現すると考えられています。

3. 早期接触の重要性

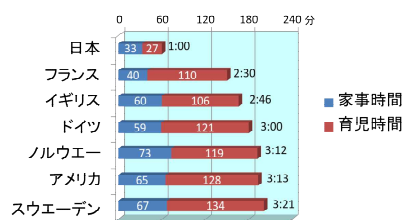
早期からの接触によって親に母性行動を促す遺伝子が発現し、その後母性行動・父性行動に直接関係する遺伝子(プロラクチン受容体・オキシトシン受容体)が順次発現していくと推測されています。



わが国における父親と育児の実態

これまで述べてきたように、母親に比較して父親と子に関する著書は少ないのが現状です。しかし分子レベルからみると、母親、父親ともに母性行動、父性行動発現に関するシステムが存在していることが明らかとなりました。

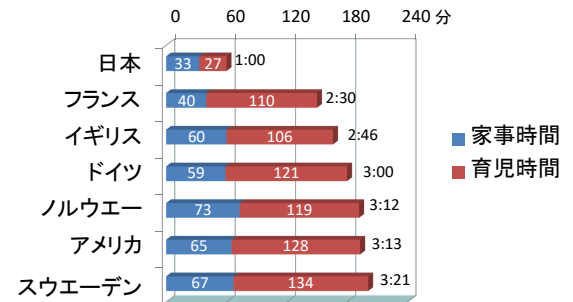
諸外国における父親の家事・育児時間



このグラフは、わが国と諸外国における父親の家事・育児時間を比較したものです。日本の父親の平日の家事・育児時間は1時間です。ところが、フランス、イギリス、ドイツ、ノルウェー、アメリカ、スウェーデンは2時間～3時間以上であり、日本の父親と大きな開きがあります。

(平成22年厚生労働白書:6歳未満児を持つ男性の1日の家事・育児時間の比較)

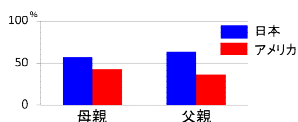
諸外国における父親の家事・育児時間



(平成22年厚生労働白書:6歳未満児を持つ男性の1日の家事・育児時間の比較)

これはわが国と諸外国における父親の家事・育児時間を比較した図です。日本の父親の平日の家事・育児時間は1時間です。ところが、フランス、イギリス、ドイツ、ノルウェー、アメリカ、スウェーデンは2時間～3時間以上であり、日本の父親と大きな開きがあります。

子育ては、生まれつき女性の方が男性よりも適しているか

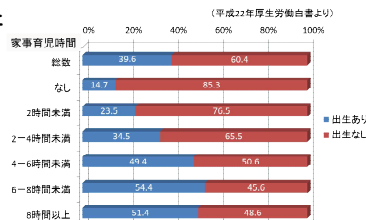


子育てに関する性役割意識について日本とアメリカで比較した結果を示しています。具体的には、子育ては生まれつき女性の方が男性よりも適していると思うかを、日本とアメリカの母親及び父親それぞれに尋ねた結果を示しています。

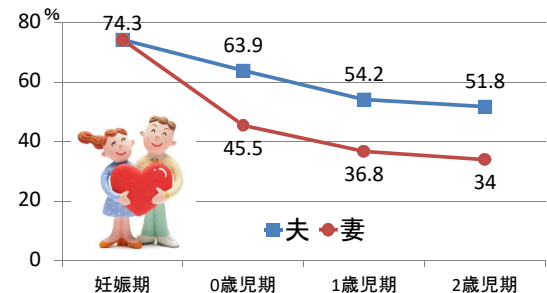
アメリカに比較して、日本では母親、父親ともにそう思うと回答する者が有意に多くなっています。中でもアメリカの父親は、そう思うと回答している者がわずか37%に対して、日本では64%と非常に多くなっています。このような性役割意識は、生育環境からの影響が大きく、自分が親になったときの性役割意識として行動にも強く影響します。(柏木恵子)

夫の休日の家事・育児時間別にみた6年間の第2子以降の出生状況

右のグラフは、我が国における夫の休日の家事・育児時間別にみた第2子以降の出生状況を過去6年間で調査した結果を示しています。家事育児時間の長い者ほど、第2子以降の出生が増加することを示しています。



妊娠期から出産・育児期における夫婦の愛情の推移



ところで子どもが生まれると夫婦の愛情はどう変化するか、ご存じですか!

「夫を愛していると実感する」妻の割合が夫に比較して出産後に大きく減少するといえます。一方で、夫への愛情が変わらないと回答する妻は、「夫は家族との時間を努力して作っている」「夫は家事や仕事、子育てをねぎらってくれている」の2つの質問項目に対して70%以上が当てはまると回答しています。子育てにあまり関わらない父親(夫)への妻の愛情は、どんどん低下することを示しています。
出典: berd.benesse.jp/up_images/research/research20_report1.pdf

わが国では3歳児神話が根強くあった

定義: 「3歳までは母親が子育てに専念すべきだ」

理由

- ①子どもの成長にとって3歳までが非常に大切な時期にあたるという考え方
- ②その大切な時期だからこそ、生来的に育児の適性を持った母親が養育に専念しなければならない
- ③もし母親が働く等の理由で、子どもが3歳まで、あるいは就学前ぐらいまでの時期を育児に専念しないと、子どもはとても寂しい思いをして、将来にわたって成長にゆがみをもちますという考え方

この考え方は、昭和30年～40年にかけての日本の高度成長期の頃の話です。

②は、性役割意識に該当します。

③については、貧しい家庭では子供が小さい時でも、母親は働かなければならず、子どもは「鍵っ子」と呼ばれ保育園に預けられていました。鍵っ子は、児童教育の危機と捉えられていました。

このような考えが一部には今も根強くあるかもしれません。

※2020 年の高齢者の総人口に占める割合を比較すると、日本（28.7％）は世界で最も高く、次いでイタリア（23.3％）、ポルトガル（22.8％）、フィンランド（22.6％）などとなっています。

7)

内閣府：「平成27年度 第8回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」

8)

「高齢者の「生きがい」とその関連要因についての文献的考察：生きがい・幸福感との関連を中心に」長谷川明弘他，総合都市研究（2001）

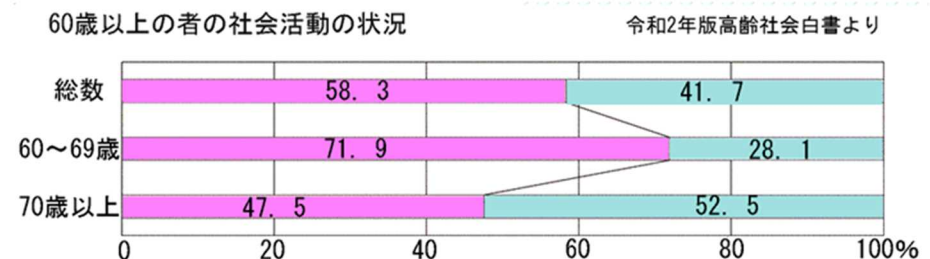
（４）高齢化社会を生き抜くために

我が国の65歳以上の高齢者人口は3617万人（2020年9月15日現在推計）で、総人口に占める割合は28.7%です。

日本は高齢者の就業率がヨーロッパ諸国に比べて高く、年金支給開始年齢の引き上げと連動した高齢者の雇用延長も関係するだろうが、就業の理由は「収入がほしい」が49.0%で、次に「働くのは体によい、老化を防ぐ」が24.8%となっています⁷⁾。もともと健康維持の観点から高齢者の就業意欲は高いのですが、これは主として男性の場合で、女性に関しての引退年齢はそれほど高くありません。男性の引退年齢が女性よりも高い要因としては、「仕事人間」「会社人間」とも呼ばれる仕事中心的な生活にあると言われていて、仕事以外にすることがないから高齢になっても継続して働くことになっていると考えられます。一方、女性は現役時代から家庭だけでなく、地域の活動や趣味など、仕事以外の生活領域と幅広く関わっていて、仕事に固執する必要がないからと考えられています。

では、この高齢化社会において、生きがいをもって暮らすにはどうしたらよいのでしょうか。高齢期において生きがいがあることは、生活の質を高めるだけではなく健康寿命を延伸する可能性があると考えられています⁸⁾。

特に、社会参加活動は、心の豊かさや生きがいが増えたとともに、自身の健康にもつながるといわれ、社会参加活動をする高齢者が増えています。



現在行っている社会的な活動

令和2年版高齢社会白書より

		自治会、町内会などの自治組織の活動	まちづくりや地域安全などの活動	趣味やスポーツを通じたボランティア・社会奉仕などの活動	伝統芸能・工芸技術などを伝承する活動	生活の支援・子育て支援などの活動	その他	特に活動はしていない
全体	令和元年	21.8	3.6	16.9	1.4	1.7	3.9	63.3
	平成28年度	18.9	3.5	11.0	1.2	1.5	2.9	69.9
60～64歳	令和元年	22.9	3.9	14.7	0.8	2.3	4.3	61.2
	平成28年度	21.4	4.5	8.6	1.5	1.8	2.7	68.8
65～74歳	令和元年	26.4	4.2	18.2	1.8	1.9	3.7	59.8
	平成28年度	21.6	4.3	12.4	1.3	1.9	3.0	66.2
75歳	令和元年	16.3	3.0	16.3	1.3	1.3	4.0	68.0
	平成28年度	13.9	2.1	10.1	0.9	0.9	2.8	75.7

社会活動に参加した人は、「新しい友人ができた」「地域に安心して生活するためのつながりができた」「充実感が得られた」や「健康維持や身だしなみにより留意するようになった」と回答していて、心身ともに前向きな変化が見られます。

あなたが理想とする高齢者の姿を考えてみよう。



理想的な人生の見通しについてグループで話し合ってみよう。



Ⅲ. あらためて自分の描いたライフプランを見直してみよう

1. ライフデザインとマネープラン

(1) ライフデザインを描いてみよう

ライフプランニングとは自分のライフプラン（生涯生活設計）を描くことですが、そのライフプランを描く際には皆さんが持つ価値観や人生観が大きな役割を果たします。

例えば、今日では会社員や自営業、正社員や出向社員、契約社員、嘱託社員など様々な就業形態がありますが、皆さんはどのような形態で働きたいと思いますか？

また、今日ではシングルやディンクス¹⁾など多様な家族の形態がありますが、皆さんは生涯を一人で過ごしたいですか？それとも結婚して家族を持ちたいと思いますか？

このように今日では様々な生き方の選択肢がありますが、自分の価値観や人生観に基づいてどんな選択してどのような自分の人生を歩んでいくか、その大まかな構想を描くことをライフデザインと言います。

大学生にとってライフデザインを描くことは、これからの人生のなかで実現したいこと（人生の目的や夢）を自覚するよい機会となり、大学時代はそれらを実現するために必要な力を身につけていく絶好の機会となります。

1)
シングル【single】
独身者。
ディンクス【DINKs】
Double Income（共働き）
No Kids（子どもを持たない）の略で、意識的に子供を持たずに共稼ぎの生活を続ける夫婦のこと。

2)

設問は内閣府「国民生活に関する世論調査」(令和元年元年度)から引用、編集。

同調査の結果は、順に56.4%、14.5%、7.9%、17.0%の割合となっています。

【演習】

ライフデザインを描くためには、自分が人生のなかで実現したいことを自覚することが必要となります。

これまでの学びを踏まえて、これからの人生における職業生活、家庭生活、そして老後生活の過ごし方を考えながら、自分の実現したいことをまとめてみましょう。

①こんな仕事に就きたい、働き方をしたい

ア. あなたの働く目的は?²⁾

いずれか一つに☑を入れましょう。

- ☐ お金を得るために働く
- ☐ 社会の一員として、務めを果たすために働く
- ☐ 自分の才能や能力を発揮するために働く
- ☐ 生きがいを見つけるために働く
- ☐ その他



<p>3)</p> <p>契約社員：特定職種に従事し，専門的能力の発揮を目的として雇用期間を定めて契約されている者</p> <p>派遣労社員：労働者派遣法に基づき派遣元事業所から派遣されてきている者</p> <p>嘱託社員：定年退職者等を一定期間再雇用する目的の契約に基づいて雇用されている者</p> <p>なお，フリーターは総務省「労働力調査」において以下のように定義されていますが，本稿では非正社員はフリーターに分類していません。</p> <p>（定義）年齢が 15～34 歳で，男性は卒業者，女性は卒業者で未婚の者のうち次の者を言います。</p> <p>①雇用者のうち勤め先における呼称がパート・アルバイトの者</p> <p>②完全失業者のうち探している仕事の形態がパート・アルバイトの者</p> <p>③非労働力人口で，家事も通学のしていないその他の者のうち，就業内定しておらず，希望する仕事の形態がパート・アルバイトの者</p>	<div data-bbox="501 181 987 224"> <h2>イ. あなたが希望する雇用形態は？</h2> </div> <div data-bbox="501 255 1415 374"> <p>1) それぞれのメリット，デメリットを考えて，いずれか一つに☑を入れましょう。</p> </div> <div data-bbox="501 414 632 452"> <p><input type="checkbox"/> 正社員</p> </div> <div data-bbox="501 488 1214 530"> <p><input type="checkbox"/> 非正社員（契約社員，派遣社員，嘱託社員など）³⁾</p> </div> <div data-bbox="501 566 1152 607"> <p><input type="checkbox"/> フリーター（アルバイトを転々とする働き方）</p> </div> <div data-bbox="501 642 633 683"> <p><input type="checkbox"/> その他</p> </div> <div data-bbox="501 719 1005 761"> <p>2) 選んだ理由を書いてみましょう。</p> </div> <div data-bbox="501 813 1425 1789"> <div></div> </div>
---	---

ウ. 転職や起業

1) それぞれのメリット, デメリットを考えて, いずれか一つに☑
を入れましょう。

- ☐ したくない
- ☐ あまりしたくない
- ☐ ややしたい
- ☐ したい

2) 選んだ理由を書いてみましょう。



4)

設問は国立青少年教育振興機構（文部科学省委託）「若者の結婚観・子育て観等に関する調査」（平成 29 年 3 月）から引用，編集。

同調査の結果は，全国の 20 代・30 代の未婚者では順に 16.7%，30.2%，27.8%，20.3%，その他の割合となっています。また，性別では「早く結婚したい」と「いい人が見つければ結婚したい」の割合は女性の方が高く，「いつか結婚したい」と「結婚したくない」の割合は男性の方が高くなっています。

②結婚

ア. あなたの結婚願望は？⁴⁾

いずれか一つに☑を入れましょう。

- ☐ 早く結婚したい
- ☐ いい人が見つければ結婚したい
- ☐ いつか結婚したい
- ☐ 結婚したくない
- ☐ その他



5)

設問は内閣府「結婚・家族形成に関する意識調査（報告書）」（平成 26 年度）から引用，編集。

同調査における未婚者，かつ将来結婚したい人を対象とした結果は以下の通りです。（同調査より引用）

・全体では，「価値観が近いこと」（75.6%）が最も高く，次いで「一緒にいて楽しいこと」（74.5%），「一緒にいて気をつかわないこと」（73.5%）が高い。

・男女別にみると，男性では「価値観が近いこと」（72.2%）が最も高く，女性では「一緒にいて楽しいこと」及び「一緒にいて気をつかわないこと」（ともに 80.0%）が最も高い。

・「容姿が好みであること」，「家事や家計をまかせられること」が，女性に比べて男性では高い。女性では，「金銭感覚」，「経済力があること」，「恋愛感情」が続く。また，「家事分担」，「職種」，「学歴」なども重視され，全般的に，結婚相手に求める条件が多く挙げられている。

イ. 結婚相手に求める条件は？⁵⁾ ※結婚願望がない人は任意

あてはまるもの全てに☑を入れてみましょう。

- ☐ 価値観が近いこと
- ☐ 家事分担
- ☐ 家事や家計をまかせられること
- ☐ 恋愛感情
- ☐ 共通の趣味があること
- ☐ 職種
- ☐ 学歴
- ☐ 金銭感覚
- ☐ 一緒にいて楽しいこと
- ☐ 一緒にいて気をつかわないこと
- ☐ 容姿が好みであること
- ☐ 経済力があること
- ☐ 親が同意してくれること
- ☐ 年齢
- ☐ 自分の仕事を理解してくれること
- ☐ 自分の親と同居してくれること
- ☐ その他



6)

設問は「若者の結婚観・子育て観等に関する調査」(平成29年3月)から引用, 編集。

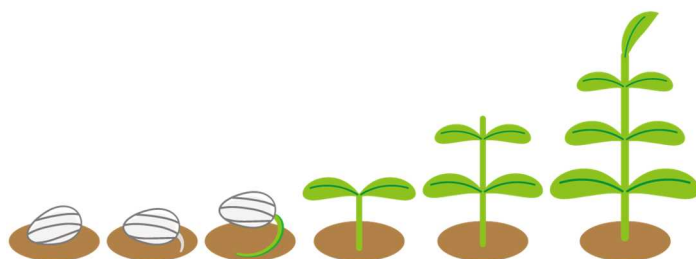
同調査の結果は順に, 18.2%, 19.5%, 27.0%, 2.7%, 24.8%, 7.8%の割合となっています。

③子供⁶⁾

※結婚願望がない人は任意。結婚せずに子供が欲しい人はその他を☑

いずれか一つに☑を入れましょう。

- ☐ 結婚したらすぐにでも欲しい
- ☐ 夫婦2人の生活を十分に楽しんだ後に欲しい
- ☐ 夫婦生活が安定したら欲しい
- ☐ 結婚したいと思わないが、子供は欲しい
- ☐ 子供は欲しくない
- ☐ その他



7)

内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」(令和元年度)の調査によると、賛成が7.5%、どちらかといえば賛成が27.5%、どちらかといえば反対が36.6%、反対が23.2%となっています。

8)

設問は株式会社インテージリサーチ(内閣府委託調査研究)「仕事と生活の調和推進のための調査研究」(令和2年3月)から引用、編集。

同調査によると、男性(20-39歳)では順に3.2%、4.8%、49.2%、38.0%、4.8%、女性(20-39歳)では順に23.9%、49.7%、25.5%、0.3%、0.7%の割合となっています。

④夫婦の役割 ※独身を希望する人は任意

ア. 夫は外で働き、妻は家庭を守るべきであるという考え方に?⁷⁾

1) いずれか一つに☑を入れましょう。※独身を希望する人は任意

- ☐ 賛成
- ☐ どちらかといえば賛成
- ☐ どちらかといえば反対
- ☐ 反対

2) 選んだ理由を書いてみましょう。

イ. 家事の役割分担は?⁸⁾ ※独身を希望する人は任意

1) いずれか一つに☑を入れましょう。

- ☐ 自分が大半を担うべき
- ☐ 自分が主で、配偶者・パートナーが一部担うべき
- ☐ 自分と配偶者・パートナーが同程度担うべき
- ☐ 配偶者・パートナーが主で、自分が一部担うべき
- ☐ 配偶者・パートナーが大半を担うべき

9)

設問は株式会社インター
ジリサーチ（内閣府委託
調査研究）「仕事と生活の
調和推進のための調査研
究」（令和2年3月）から
引用，編集。

同調査によると，男性
（20-39 歳）では順に
3.2%，1.2%，59.6%，
33.2%，2.8%，女性
（20-39 歳）では順に
15.1%，44.0%，
40.4%，0.1%，0.4%の
割合となっています。

2) 選んだ理由を書いてみましょう。

ウ. 育児の役割分担は？⁹⁾ ※子供を希望しない人は任意

1) いずれか一つに☑を入れましょう。

- ☐ 自分が大半を担うべき
- ☐ 自分が主で，配偶者・パートナーが一部担うべき
- ☐ 自分と配偶者・パートナーが同程度担うべき
- ☐ 配偶者・パートナーが主で，自分が一部担うべき
- ☐ 配偶者・パートナーが大半を担うべき

2) 選んだ理由を書いてみましょう。

<p>10) 設問はメットライフ生命「老後を変える全国 47 都道府県大調査 2020」から引用、編集。 同調査によると、「一生つきあえる友人あり」(n=7,831 人)と答えた人では順に 71.4 % , 69.2 % , 48.2 % , 27.3 % , 29.7 % , 27.1 % , 32.1 % , 36.8 % , 13.5 % , 23.4 % の割合となっています。 また、「一生つきあえる友人なし」(n=6,269 人)と答えた人では順に 58.6 % , 65.8 % , 35.3 % , 19.9 % , 21.1 % , 7.4 % , 32.5 % , 27.2 % , 12.2 % , 20.0 % の割合となっています。</p> <p>11) 設問はメットライフ生命「老後を変える全国 47 都道府県大調査 2020」から引用、編集。 同調査によると、男性 (n=6,958 人)では順に 54.9 % , 35.0 % , 13.2 % , 13.2 % , 10.0 % の割合となっています。 また、女性 (n=7,142 人)では順に 65.7 % , 44.6 % , 8.2 % , 7.3 % , 8.6 % の割合となっています。</p>	<div data-bbox="496 168 683 208">⑤老後の生活</div> <div data-bbox="512 271 928 309">ア. 老後に送りたい生活は？¹⁰⁾</div> <div data-bbox="520 347 1166 383">1) あてはまるものすべてに☑を入れましょう。</div> <div data-bbox="512 425 1098 1153"> <input type="checkbox"/> 健康でいたい <input type="checkbox"/> お金に困っていない暮らしをしたい <input type="checkbox"/> 趣味を謳歌していきたい <input type="checkbox"/> 体型を維持していきたい <input type="checkbox"/> 実年齢より若く見られたい <input type="checkbox"/> 友達やコミュニティを大事にしていきたい <input type="checkbox"/> 働かず資産と年金だけで暮らしていきたい <input type="checkbox"/> 子供に迷惑をかけないように過ごしたい <input type="checkbox"/> 投資や資産運用で資産を増やしていきたい <input type="checkbox"/> 働いていたい </div> <div data-bbox="512 1274 1136 1312">イ. どのように介護してもらいたいですか？¹¹⁾</div> <div data-bbox="520 1352 1152 1388">1) あてはまるものすべてに☑を入れましょう。</div> <div data-bbox="512 1431 1038 1774"> <input type="checkbox"/> 家族には迷惑をかけたくない <input type="checkbox"/> 施設に入って介護してもらいたい <input type="checkbox"/> なるべく家族に介護してもらいたい <input type="checkbox"/> どんな介護も受けたくない <input type="checkbox"/> 自宅で介護してもらいたい </div>
---	--

⑥まとめ ーこんな人生を実現したいー

ア. 仕事・・・こんな職業生活を実現したい

イ. 家庭・・・こんな家庭生活を実現したい

ウ. 老後・・・こんな老後の生活を実現したい

エ. あなたの人生の目的を簡潔にまとめると

(2) マネープランを立ててみよう

自分の描いたライフデザインを実現するためにはライフステージやライフイベントを想定した具体的な暮らし方を描くことが必要となります。その具体的な暮らし方を時系列で表した計画をライフプラン（生涯生活設計）と言いますが、そのライフプランを描くには、個人の収入や支出などをもとに、ライフステージやライフイベントに必要なマネープランを立て、生涯に必要なお金の見通しを持つことが大切です。

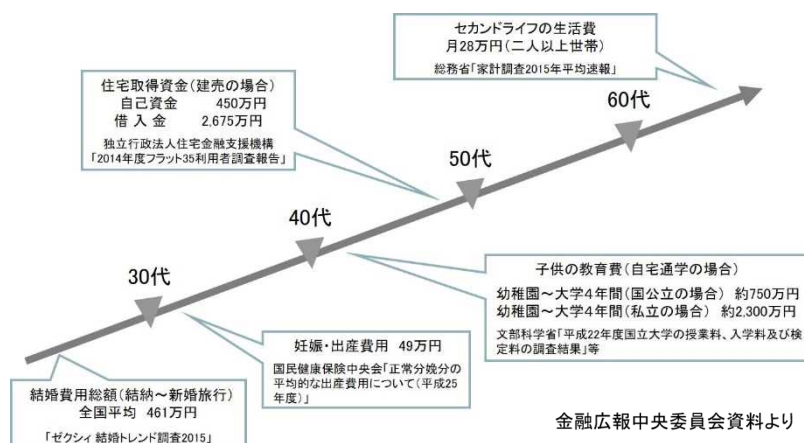
一般的な年代別ライフスタイル

	ライフイベント	教育資金	住宅資金	老後資金	その他
20代	結婚 出産		頭金等準備		結婚資金準備 保障の見直し
30代	住宅取得	教育資金準備			保障の見直し
40代	子ども進学	教育費	住宅ローン返済		住宅ローン見直し
50代	子ども独立		リフォーム	老後資金準備	保障見直し
60代～	退職			老後の生活	退職金運用 介護

【演習】

生涯において、必要な一人分の生活費を計算してみましょう。

なお、一生涯に必要な一人分の生活費は、大学卒業後から定年まで（70歳と仮定します）の勤労者の消費支出と、定年後から100歳までの無職の人の消費支出を参考にして計算してみます。



12)

総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）2019年（令和元年）家計の概要」によると、単身世帯（平均年齢 59.0 歳）の消費支出は、1 世帯当たり 1 か月平均 163,781 円となっています。

項目	月平均
消費支出	163,781
食料	44,263
住居	20,854
光熱・水道	11,652
家具家事用品	5,443
被服及び履物	5,985
保健医療	7,712
交通・通信	21,068
教育	20
教養娯楽	19,426
その他	27,359

なお、単身世帯のうち勤労者世帯（平均年齢 43.7 歳）の実収入は、1 世帯当たり 1 か月平均 345,336 円となっています。

13)

総務省統計局「家計調査年報（家計収支編）2019年（令和元年）家計の概要」によると、高齢単身無職世帯（60 歳以上の単身）の家計収支では、一月の支出が 151,800 円となっています。なお、実収入 124,710 円（うち、社会保障給付 115,558 円）で、27,090 円が不足しています。

また、高齢夫婦無職世帯（夫 65 歳以上、妻 60 歳以上の夫婦のみ）の家計収支は、実収入 237,659 円（うち社会保障給付 216,910 円）で、33,269 円が不足となっています。

①23 歳～70 歳までの 48 年間の消費支出を計算しましょう。¹²⁾

1) ひと月分の支出額を自分で考えて、各項目の()に

金額を入れてみましょう。

2) A, B, C を計算してみましょう。

項目	ひと月分の支出額
食費	()円
住居	()円
光熱・水道	()円
交通・通信	()円
教養・娯楽	()円
保健・医療	()円
その他	()円
合計	A()円

1 年間の支出額 $A \times 12$

B()万円

※千円以下は四捨五入

↓

70 歳までの支出額 $B \times 48$

C()万円

②退職から 100 歳までの 30 年間の消費支出を計算しましょう。¹³⁾

2019 年の高齢単身無職世帯（60 歳以上の単身）のひと月の支出額

151,800 円を参考にして計算してみましょう。

151,800 円 $\times 12$ 月 $\times 30$ 年 = D () 万円

※千円以下は四捨五入

14)

教育費は文部科学省「平成 30 年度 子供の学習費調査の結果について」（令和元年 12 月 18 日）による。

なお、表中の金額は幼稚園から高等学校までは全て公立（総額約 543,6 万円）、大学は国公立で自宅通学（総額約 499.4 万円）の場合の合計額を入れてあります。

15)

AIU 保険「AIU の現代子育て経済考 2005」による。
なお、内訳は以下のようになっています。

出産、育児費用	約 91 万円
子どもの食費	約 671 万円
子どもの衣料費	約 141 万円
子どもの健康医療・理美容院費	約 193 万円
子どものお小遣い	約 451 万円
子どもの私的所有物代	約 93 万円

16)

厚生労働省「平成 30 年度 厚生年金保険・国民年金事業の概況」によると、厚生年金（国民年金分含む）の月々の平均受給額は、男性が 16 万 3,840 円、女性が 10 万 2,558 円、全体の平均では 14 万 3,761 円となっています。従って平均額を 30 年間受け取ると仮定すると、総額で 51,753,960 円が年金によってまかなわれる計算となります。

ただし、現行の年金制度は、将来的に変更されていく可能性が高いと考えられます。

③子供が欲しい人は、子育てのためにいくらかの費用が必要か計算しましょう。

子供一人あたりの教育費を 1,043 万円¹⁴⁾、養育費を 1,640 万円¹⁵⁾として、（ ）内に数字を入れて計算してみましょう。

※教育費 1,043 万円＋養育費 1,640 万円＝2,683 万円

※子供が欲しくない人は任意

2,683 万円×子供の人数（ ）人＝E（ ）万円

④これまで計算してきた生活費の総額を計算してみましょう。

（ ）のなかに数字を入れましょう。

23～70 歳までの生活費	C（ ）万円	総額 () 万円
70 歳以降の生活費	D（ ）万円	
子育ての費用	E（ ）万円	

以上の総額は、単身者の生活費と子育ての費用の合計となりますが、年金制度¹⁶⁾もあるため、自己負担はその総額より低くなります。

ただし、住宅資金、結婚資金、旅行などの娯楽資金、自動車の購入資金など生活を豊かにするための資金や、配偶者やパートナーなどの生活費は含まれていませんので、自分のライフデザインに基づいて、自分の勤労スタイルと生涯の収入を見据えたライフプランを作成していく必要があります。

(3) あらためて自分のライフプランを考えてみよう【演習】

1) ライフイベントの欄で示されたそれぞれのイベントについて、自分でしてみたい、経験してみたいイベントに☑を入れてみましょう。

2) ☑をいれたイベントを、いつ頃してみたい、または経験してみたいか、年齢の欄にそのイベント名を入れてみましょう。

例：

30	子供（1人目）	転職
40	マイホーム	地域活動
50		学び直し

3) 趣味，地域活動，ボランティアの欄は，一生続けたい，またはやってみたい趣味，地域活動，ボランティアを書いてみましょう。 ※ない人，見つからない人は空欄で構いません。

	あなたのライフキャリア	あなたのワークキャリア
ライフイベント	<input type="checkbox"/> 結婚 <input type="checkbox"/> 子供（ ）人 <input type="checkbox"/> マイホームの購入 <input type="checkbox"/> 親の介護 <input type="checkbox"/> 地域活動 <input type="checkbox"/> ボランティア活動 <input type="checkbox"/> 孫の誕生 <input type="checkbox"/> 自分自身の介護施設への入所	<input type="checkbox"/> 大学院進学 <input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 転職 <input type="checkbox"/> 職業訓練や学び直し <input type="checkbox"/> フリーランス <input type="checkbox"/> 起業 <input type="checkbox"/> 定年

年齢（歳）	22		
	25		
	30		
	35		
	40		
	45		
	50		
	55		
	60		
	65		
	70		
	75		
	80		
	85		
	90		
	95		
	100		
趣味			
地域活動			
ボランティア			

執筆者

小山 茂喜	信州大学 学術研究院総合人間科学系教授	担当…Ⅱ
速水 香織	信州大学 学術研究院人文科学系准教授	担当…Ⅱ－(4)
二川 正浩	東京家政大学 家政学部 准教授	担当…Ⅰ.Ⅲ

※「子供を育む」については、坂口けさみ信州大学特任教授から資料の提供を受けた。

※本書は文部科学省委託事業「令和2年度次世代のライフプランニング教育推進事業」で開発されたものである。

編 著 者： 国立大学法人 信州大学

編集責任者： 小山 茂喜

〒390-8621

長野県松本市旭三丁目1番1号

TEL 0263-37-2271

発行日 令和3年3月15日

[令和2年度研究委員]

高野嘉寿彦	信州大学総合人間科学系長・教授
中島 美帆	信州大学男女共同参画推進センター長・准教授
小山 茂喜	信州大学教職支援センター副センター長・教授 ※報告書執筆分担p1-41, p55-64, p73-90
荒井英治郎	信州大学教職支援センター地域連携部門長・准教授
山田千代子	NPO 法人長野県 NPO センター・代表理事
城取 学	(株) キッセイ・コムテック・常務取締役
中村 麻紀	(株) 東日本旅客鉄道長野支社・佐久平駅長
藪塚 謙一	(株) 長野朝日放送・常務取締役

[研究協力者]

速水 香織	信州大学学術研究院人文科学系・准教授	※報告書執筆分担 P65-72
二川 正浩	東京家政大学家政学部・准教授	※報告書執筆分担 p45-54, p91-106

文部科学省 令和2年度
「次世代のライフプランニング教育推進事業」
教養教育（教職科目を含む）における
ライフプランニング教育プログラム開発
成果報告書

編 著 者： 国立大学法人 信 州 大 学
研究代表者： 高野嘉寿彦
編集責任者： 小山 茂喜

発行者 国立大学法人 信州大学 学務課
〒390-8621
長野県松本市旭三丁目1番1号
TEL 0263-37-2271

発行日 令和3年3月15日