令和 7 年度「地方やデジタル分野における専修学校理系転換等推進事業」

（公務員デジタル人材育成モデル構築事業）

公務員デジタル人材育成モデル構築事業

〈キャリアデザイン育成科目　テキスト教材〉

本教材は、文部科学省の教育推進事業委託費による委託事業として、学校法人浦山学園 富山情報ビジネス専門学校が実施した令和 7 年度「地方やデジタル分野における専修学校理系転換等推進事業」の成果物です。

学校法人浦山学園 富山情報ビジネス専門学校

令和７年度「地方やデジタル分野における専修学校理系転換等推進事業」

（公務員デジタル人材育成モデル構築事業）

公務員デジタル人材育成モデル構築事業

〈事業成果報告書・教材ツール収納リンク〉

https://www.bit.urayama.ac.jp/bitbox/information#m_itaku

令和７年度　公務員デジタル人材育成モデル構築事業

キャリア形成科目　カリキュラムガイド

本ガイドは、令和７年度　文部科学省　地方やデジタル分野における専修学校理系転換等推進事業　公務員デジタル人材育成モデル構築事業（委託先：学校法人浦山学園　富山情報ビジネス専門学校）において検討された内容を踏まえ開発された。本事業は、地域デジタル社会に適応した人材を育むことができる学科へ高度化を図ることを前提とした人材育成モデルの構築を目指すものであり、キャリア形成科目においても同コンセプトを引き継いでいる。

本ガイドは、公務員のキャリア形成のための２つの科目に共通する指導におけるガイドラインパートと、各科目それぞれの概要・評価規準・コマシラバス・教材サンプルを示すパートにより構成される。

目次

1．概要 4

コンセプト 5

実施想定 5

目標 5

本質的な問い 5

進め方で重視したいこと 5

ファシリテーションポイント 6

（1）教員は「教える人」ではなく「場を支える人」 6

（2）自己開示は「促すもの」ではなく「生まれるもの」 6

（3）教員の姿勢そのものが学習モデルになる 6

（4）ファシリテーションガイドライン 6

（5）対話のサポートガイドライン 8

2．キャリアデザイン科目の概要 9

カリキュラム全体像 25

カリキュラムのゴール 25

カリキュラムの流れ 25

学習成果物 28

評価規準 35

ルーブリック案 36

評価方法 38

各授業の詳細 40

授業１　オリエンテーション 41

授業２　先輩のライフを知る① 51

授業３　先輩のライフを知る② 59

授業４ ライフコースとは 61

授業５　ライフプランとは 64

授業６　ライフコースを考える 67

授業７　ライフコースを共有する 69
授業８　キャリアデザインとは 70
授業９　地域の課題解決人材としての公務員のキャリアを考える 81
授業 10　地域課題を考える① 83
授業 11　地域課題を考える② 83
授業 12　自分のキャリアデザイン① 87
授業 13　自分のキャリアデザイン② 87
授業 14　エキシビション 89
授業 15　レポート作成 92
最後にー実際のキャリアへブリッジをかけるメッセージ 94
委員名簿 98

1．概要



キャリア形成科目の開発における背景、コンセプト、目標を示す。

今回開発されたキャリア形成科目は、「キャリアオーナーシップ」「キャリアデザイン」の 2 つの柱で構成される、新たな公務員養成カリキュラムである。これまで専門学校の該当学科では、座学中心の試験対策を行っているところがほとんどであったが、公務員の業務は人口減少やデジタル社会の進展によりますます複雑化しており、試験対策のみを徹底し公務員試験に合格した者が実際に即戦力で活躍できるとは言い難い。今後は、IT 分野をはじめ、他の専門性についての見識を深めつつ、現場に求められる最新かつ実践的なスキルと、公務員として地域でキャリアを切り拓き活躍するためのマインドセットの育成が求められている。

コンセプト

上記の背景を踏まえ、委員会での協議を経てキャリア形成科目の基本コンセプトを以下の通り設定した：

- キャリアオーナーシップでは、**「自己理解」や「職業理解」を重視**
- キャリアデザインでは、**「自己実現」や「中長期的視点・地域とのかかわりの視点」を重視**
- 両科目において、**フィールドワーク、または、先輩の公務員との出会いを組み込む**
- 思考や協働の手段として、**目的に応じたデジタルプラットフォーム・デジタルツールを活用**することを前提とする

実施想定

- キャリアオーナーシップ（１年前期）　90 分／コマ×15 コマ
- キャリアデザイン（２年後期）　90 分／コマ×15 コマ

目標

- 共通：情報の収集・整理・分析、他者との効果的な協働、自身の考えの表現などのスキルを実践的に磨く
- キャリアオーナーシップ：自己理解と職業理解を通じ、「自分のキャリアは自分で創る」という意識を持つ
- キャリアデザイン：自己理解・他者（地域）理解・職業理解を深めることを通じ、「自分のキャリアを自分で創る」ために必要な多角的、多面的で柔軟なキャリアデザインの視点や考え方を持つ

本質的な問い

- 共通：「（地方公務員として）どんな未来を生きていきたいか？」
- キャリアオーナーシップ：「“キャリア”って何？」
- キャリアデザイン：「“キャリア”はどう創る？」

進め方で重視したいこと

- あくまでもキャリア形成のための思考の時間であるため、個人の思考・表現のための時間を確保する
- 進行は Think-Pair-Share（個人で考え、少人数で対話し、全体で共有する）の手法を中心とし、
  他者とともに学ぶ姿勢、ソーシャルスキルトレーニングとする
- 思考ツールとしてワークシートを活用する
- 思考した履歴（自己変容）を残すものをポートフォリオとする（最終成果物）

ファシリテーションポイント

（1）教員は「教える人」ではなく「場を支える人」

本カリキュラムにおいて、教員は知識を教えたり、考えを導いたりする役割ではなく、教員の主な役割は、安心して話せる場を整える、一人ひとりの表現が尊重される雰囲気を保つ、 話したくない選択も含めて参加を認める、と「場」を創り、支えること。そのため、カリキュラムの実施においては、**話の内容そのものよりも、場の安全性を守ること**を意識した準備と振る舞いを心がける。

（2）自己開示は「促すもの」ではなく「生まれるもの」

自己開示は、指示や問いかけによって引き出すものではなく

- 安心感がある
- 否定されないと分かっている
- 話さなくてもよいと保証されている

といった、条件が整ったときに、**自然に生まれるもの**です。教員が「もっと話してほしい」「せっかくだから共有しよう」と促しすぎることは、かえって学習者の負担になる場合があるため、注意する。特に、カリキュラムの前半は学生が話しづらさを感じることも多く、思ったように対話が進まないこともあるが、カリキュラムが進行するにつれ、自然と協働が深まるので、不安に思う必要はない。

（3）教員の姿勢そのものが学習モデルになる

教員や、かかわる外部講師などの支援者が、完璧に進行しようとしすぎないこと、迷いや戸惑いを抱えながら関わること、人ひとりの話を丁寧に受け止めること、その姿勢自体が、学習者にとっての重要なメッセージです。

「うまくできなくても、ここにいていい」という感覚は、教員の関わり方から伝わることを意識する。

（4）ファシリテーションガイドライン

- カリキュラムの目標とともに、「場のルール」を学生とともに設定する
  例）他者を否定しない、評価しない、無理に話さなくてよい　等
- 話したくない場合は「パスしてよい」と明確に伝える
- 沈黙や短い発言も尊重する
- 個人的な体験を深掘りしすぎない
- 学生の発言に価値、助言、結論づけをしない
  例）「〇〇と感じた、ということですね」「○○ということで合っていますか？」

- 感情が強く出た場合は、必要に応じて、個別フォローにつなぐ
- ふりかえりは重要だが、教員の主観が出すぎないよう、まとめすぎないよう、
  「印象に残ったこと」「今後意識してみたいこと」など、軽い振り返りで十分

（5）対話のサポートガイドライン

1. 「広げる」ための対話のポイント
   アイデアを自由に広げるシーンでは、以下のような技を活用する：
   - ●その気になっておもしろがる
   - ●否定しない・批判しない
   - ●アイデアを変形させたり連想したりする
   - ●誰かの視点に立ってみる
   - ●「発散」と「収束」の時間をわける

2. 「深める」ための対話のポイント
   相互理解を通して自己理解や、自分の考えを深めるシーンでは、対話によって、他者が「鏡」のような役割となり、思考の深まりが期待できるため、以下のようなポイントを重視する：

   - ●相手の話をよく聴いてみる
   - ●自分と相手の「違い」を大切にする
   - ●「もしも自分だったら」を想像する
   - ●自分の感覚を観察する
   - ●自分の感覚を言葉にしてみる

3. 「合意形成」のための対話のポイント
   チームで協力して考えたり・つくったりするシーンでの対話は、お互いの考えや良さを認めあいながらチームをつくることにもつながるため、以下のようなポイントを重視する：

   - ●ゴール（目的）を意識する
   - ●意見の対立はあってあたりまえ
   - ●言いたいことをガマンしない
   - ●「こだわり」「想い」に耳を傾ける
   - ●「0.5」をさがす　※１か０、どちらかじゃなくていい

2．キャリアデザイン科目の概要

キャリアデザインとは、「これからのキャリアを設計していくこと」と定義される（出典：厚生労働省：未来の自分を描くー働くことの意義とキャリア形成 https://jsite.mhlw.go.jp/ehime-roudoukyoku/content/contents/002034887.pdf）。**「自分はどんな人生を送りたいのか」「どんな働き方をしたいのか」**を考え、その実現に向けて仕事や学びを自分自身で主体的に選ぶことが重要である。
これまでの時代は、「組織に入れば会社がキャリアを用意してくれる」という考え方が主流であったが、変化が激しい今の時代、**自分のキャリアは自分で考え、選び、作っていくというキャリアオーナーシップ**をもって、**納得のいくキャリア開発・自己実現**にとって重要である。

本科目においては、1 年次のキャリアオーナーシップ科目において、仲間や先輩の視点も得ながら「自分を主語にキャリアを考える」トレーニングを行ってきた学生が、自分の **Will（意志）－Can（能力）-Must（役割）**を基に、「どんな働き方・生き方をしたいか」「そのためにはどのようなことを考え、行動する必要があるのか」、キャリアデザインの実践に向けた資質能力を育むことをめざす。**今回は、ライフコース、ライフプラン、キャリアレインボー**といった考え方を提示し、人生の**「縦」「横」両軸でキャリアの広がり**を想起できるよう、促す。同時に、すでに具体化している自身の就職先において、**「自分がどんな役割を果たせそうか」「自分にとってこれから取り組む仕事はどんな価値がありそうか」**、前向きに捉えるための視点を養うことを重視するために、就職先（公務員としての職種）が地域で果たす役割、先輩が地域や周囲とどのように関わっているか、といった仕事の価値や可能性にも触れる。

＜参考資料＞

厚生労働省：未来の自分を描くー働くことの意義とキャリア形成
https://jsite.mhlw.go.jp/ehime-roudoukyoku/content/contents/002034887.pdf

厚生労働省：職業人生の長期化・多様な働き方が広がる中での人材開発・キャリア形成(ミドル世代以降、若年層について)
https://www.mhlw.go.jp/content/11801000/001478801.pdf

厚生労働省：ジョブ・カード様式１作成ワークシート
https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11800000-Shokugyounouryokukaihatsukyoku/0000199572.pdf

厚生労働省：令和７年度民間企業における女性活躍促進事業
https://joseikatsuyaku.mhlw.go.jp/career-design/#hituyousei

文部科学省：高校生のライフプランニング
https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/kyoudou/detail/1411247.htm
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2018/11/21/1411248_0_0.pdf

◆キャリアデザインが求められる社会的背景に関する情報①社会構造や産業の変化

経団連　Society 5.0 時代を切り拓く人材の育成―企業と働き手の成長に向けて―
https://www.keidanren.or.jp/policy/2020/021.html

はじめに

○ いま、企業と働き手を取り巻く環境は大きく変化

- わが国では、人口減少が急速に進行し、地域経済の停滞や労働力不足の問題が深刻化。また、経済のグローバル化が進展
- ＡＩやＩｏＴ、ビッグデータなどデジタル技術の目覚ましい発展は、既存の産業やビジネスモデルはもとより、社会全体を変革
  - 企業が飛躍的な成長を遂げるためには、デジタル技術を活用しながら、企業や業種の枠を越えて連携し、顧客や社会が求める価値を実現することが不可欠
  - デジタル技術の活用がさらに進むことで、組織や働き方、働き手に求められる役割は大きく変わっていく
  - 個々の業務の遂行方法や必要なスキルは非連続的に変化し、知恵や創造力、コミュニケーション力などがより求められるようになっていく
- 企業で働く人材のダイバーシティが拡がり、働き手のキャリア観が多様化。また、「人生100年時代」の到来により、職業人生が長期化し、キャリア・トランジションを経験する働き手が増えていくことが見込まれる

○ 大きな転換期のビジョンとして、わが国は、Society 5.0のコンセプトを掲げて、その実現に向けた取組みを推進

- Society 5.0の実現には、デジタル技術の強みを活かしながら、新しい価値を創出できる人材が重要。しかし、従来の人材育成施策では、経営環境の変化や多様な働き手のニーズに応えられなくなっている面がある
- 企業は、自社の人材育成施策が環境変化に柔軟に対応できるものになっているかを確認し、働き手の多様性と主体性を活かす施策へと見直していくことが求められる

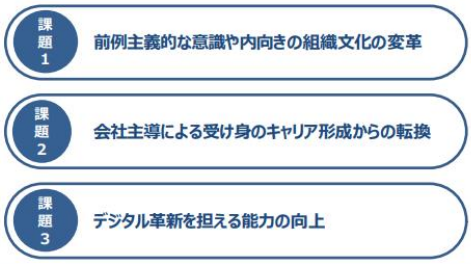
2

第１章　企業と働き手をめぐる現状と課題

○ 経営環境や働き手の意識の変化により、これまで機能してきた長期・終身雇用の下で中長期的に自社に適した社員へと育成する仕組みだけでは、Society 5.0時代に活躍する人材の育成は困難になりつつある

○ 経団連調査では、環境変化に自社の人材育成施策が対応できていないとの回答は、約９割。その要因としては、「社員の就労意識の多様化」「デジタル技術の進展」が多い

＜企業における人材育成の３つの課題＞



- 企業と働き手が転換期を乗り越えていくためには、正しい危機感を持ち、変化を好機と捉え、果敢に挑戦していくことが重要。そのために、前例主義的な意識や内向きの組織文化の変革を進めることが優先課題
- 働き手が、長期化する職業人生をより豊かなものとしていくためには、働き手が自身のキャリアを主体的に考え、継続的に学び、社内外で通用する人材へと自身の価値を高めていくことが重要。今後は、会社主導による受け身のキャリア形成から、働き手の自律性を重視したキャリア形成へと転換していくことが大きな課題
- 企業がデジタル革新を推進する上では、デジタル技術などに関する働き手の知識やスキルを高める必要性が従来以上に高まっており、デジタル革新を担える能力開発が喫緊の課題

3

第２章　Society 5.0を実現する人材の育成 ―Society 5.0時代の人材育成基盤

○ 企業は、働き手から選ばれる立場に変わってきていることを認識し、働き手から選ばれる魅力（エンプロイメンタビリティ）を高める必要がある

○ 働き手には、自身のキャリアビジョンを描き、主体的に社内外における自身の価値（エンプロイアビリティ）を磨いていく意識と行動力を持つことが求められる

○ 高いエンプロイメンタビリティを有する企業と、優れたエンプロイアビリティを持つ働き手が互いに選び合い、組織の目標と働き手のキャリアビジョンのベクトルを合わせて、ともに成長していくことが、Society 5.0時代の人材育成の基盤

- エンプロイメンタビリティ：企業が働き手を雇用し、成長を促し得る能力
- エンプロイアビリティ：働き手が雇用され得る能力

＜Society 5.0時代の人材育成基盤 –成長の好循環の実現＞



➡ 企業は、働き手のエンゲージメントの向上に取り組み、成長を支援することで、エンプロイアビリティを高めることができる。それとともに、自社のエンプロイメンタビリティが高まり、優れた人材の確保・定着が期待できる

➡ 企業と働き手の成長を通じて、様々な社会課題が解決され、「Society 5.0 for SDG s 」の実現につながっていく

4

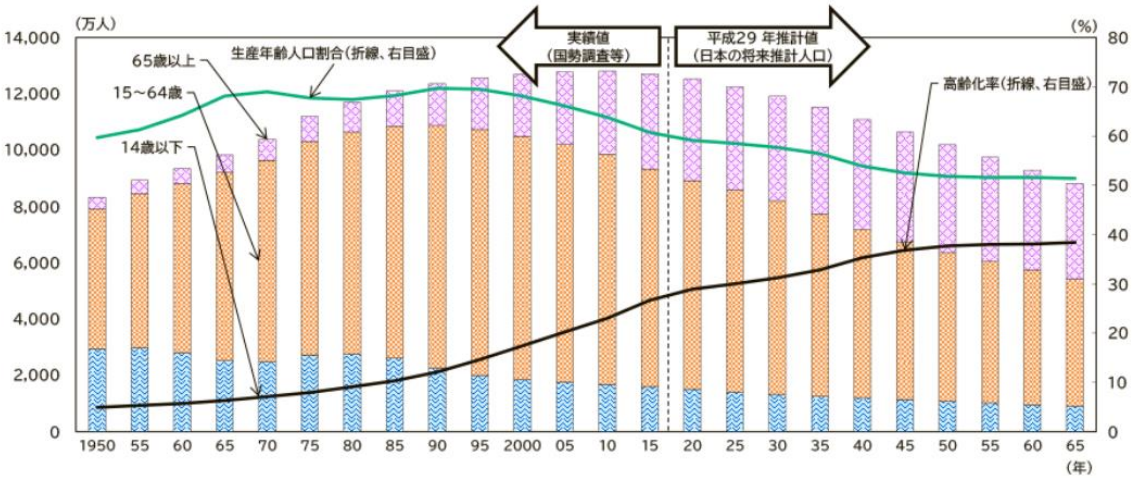
◆キャリアデザインが求められる社会的背景に関する情報②労働経済

令和４年版　労働経済の分析　－労働者の主体的なキャリア形成への支援を通じた労働移動の促進－

https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/roudou/21/backdata/21-1_backdata.html

第２-(１)-１図　我が国の生産年齢人口の推移と将来推計

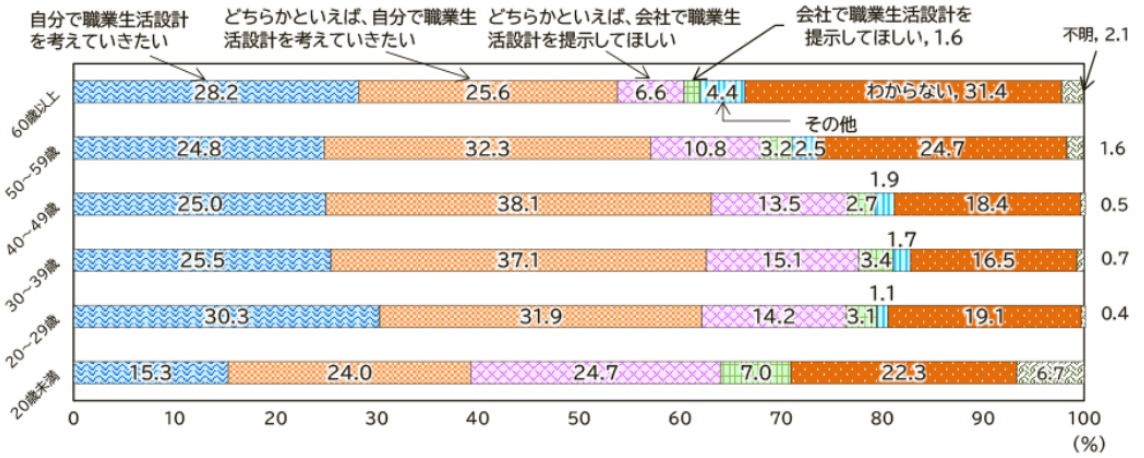
○　日本の人口は近年減少局面を迎えている。2065年には総人口が9,000万人を割り込み、高齢化率は38%台の水準になると推計されている。
○　15～64歳の生産年齢人口も減少傾向となり、その割合の低下も見込まれている。



資料出所　厚生労働省「令和３年版厚生労働白書　資料編」をもとに厚生労働省政策統括官付政策統括室にて作成
（注）　2015年までの人口は総務省統計局「国勢調査」(年齢不詳の人口をあん分した人口)、高齢化率および生産年齢人口割合は、総務省統計局「国勢調査」(年齢不詳の人口をあん分した人口)、2020年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成29年推計）：出生中位・死亡中位推計」をもとに作成。

第２-(４)-１図　労働者の職業生活設計の考え方（年齢階級別）

○　40歳台以下の年齢層においては、50歳以上の年齢層よりも、「自分で職業生活設計を考えていきたい」「どちらかといえば、自分で職業生活設計を考えていきたい」と考えている者の割合がやや高い傾向がみられるほか、「20～29歳」「60歳以上」の年齢階級では「自分で職業生活設計を考えていきたい」と考えている者の割合がやや高くなっている。

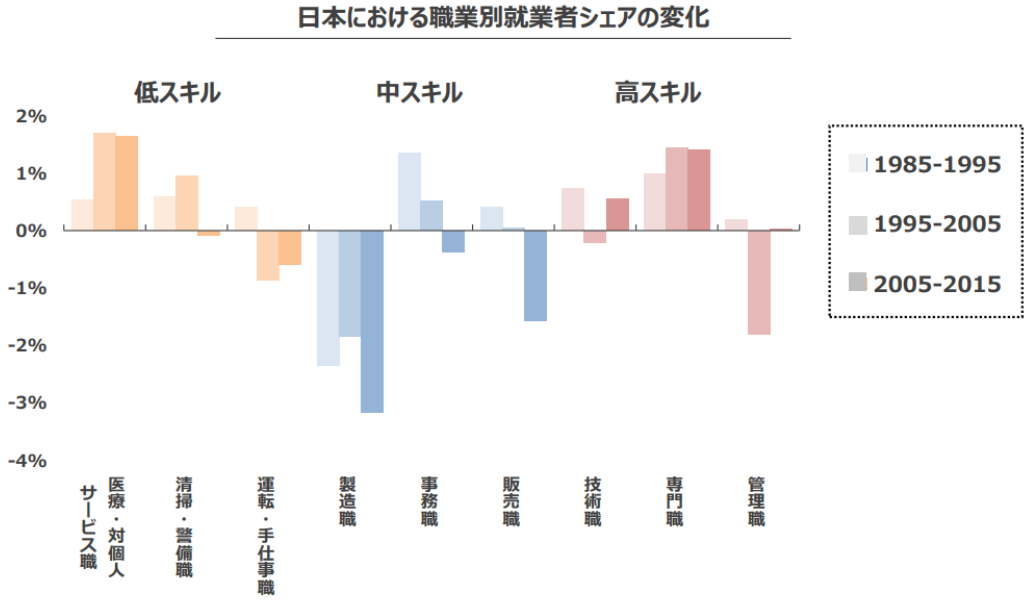


資料出所　厚生労働省「令和２年度能力開発基本調査（個人調査）」をもとに厚生労働省政策統括官付政策統括室にて作成
（注）　１）「あなたは、自分自身の職業生活設計について、どのように考えていますか。」と尋ねたもの。
２）職業生活設計とは、ここでは、労働者本人の適性、職業経験等に応じ、職業の選択、職業能力の開発及び向上のための取組について計画し、まとめたものをいう。

◆キャリアデザインが求められる社会的背景に関する情報③労働市場と求められる人材像

経済産業省　未来人材ビジョン
https://www.meti.go.jp/press/2022/05/20220531001/20220531001-1.pdf

日本においても、「労働市場の両極化」の兆候が確認できる。

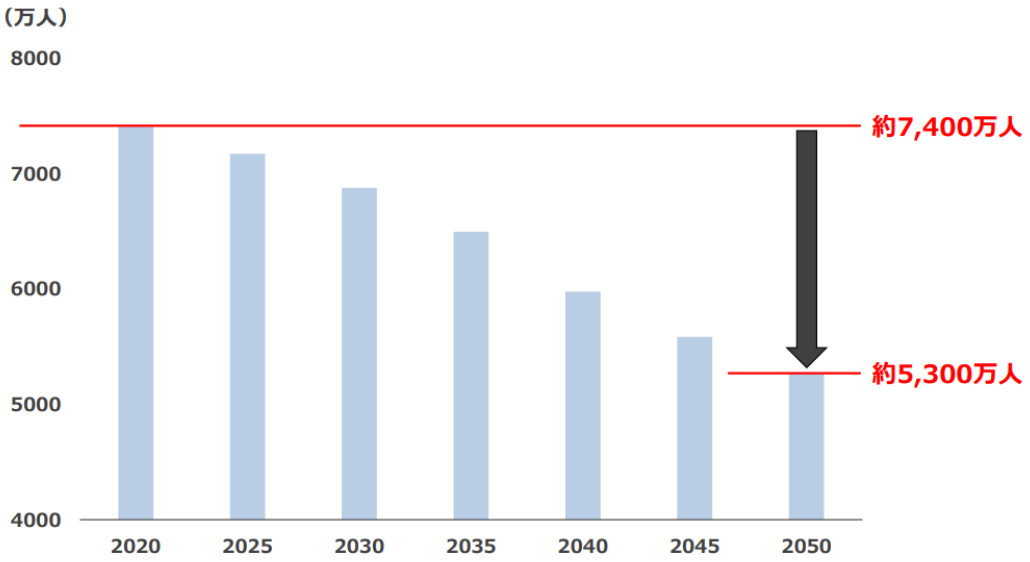


（注１）「労働市場の両極化」は、専門・技術職等の高スキル職や、医療・対個人サービス職等の低スキル職で就業者が増加する一方、製造職や事務職等の中スキル職が減少する現象。
（注２）Daron Acemoglu, David Autor "Skills, Tasks and Technologies: Implications for Employment and Earnings" (2010)を参考に職業を分類。
前頁の米国の分析と異なり、職業者数のシェア変化であること、全年齢が対象であること、清掃・警備職には自衛官を含む（米国は軍人を除外）ことに留意。
（出所）総務省「国勢調査」を基に経済産業省が作成。

6

こうした中、生産年齢人口は、2050年には現在の２／３に減少する。

日本の生産年齢人口の推移



（出所）国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成29年推計）」の出生中位(死亡中位)推計を基に経済産業省が作成。

9

現在は「注意深さ・ミスがないこと」、「責任感・まじめさ」が重視されるが、将来は「問題発見力」、「的確な予測」、「革新性」が一層求められる。

56の能力等に対する需要

2015年	
注意深さ・ミスがないこと	1.14
責任感・まじめさ	1.13
信頼感・誠実さ	1.12
基本機能（読み、書き、計算、等）	1.11
スピード	1.10
柔軟性	1.10
社会常識・マナー	1.10
粘り強さ	1.09
基盤スキル※	1.09
意欲積極性	1.09
⋮	⋮

※基盤スキル：広く様々なことを、正確に、早くできるスキル

2050年	
問題発見力	1.52
的確な予測	1.25
革新性※	1.19
的確な決定	1.12
情報収集	1.11
客観視	1.11
コンピュータスキル	1.09
言語スキル：口頭	1.08
科学・技術	1.07
柔軟性	1.07
⋮	⋮

※革新性：新たなモノ、サービス、方法等を作り出す能力

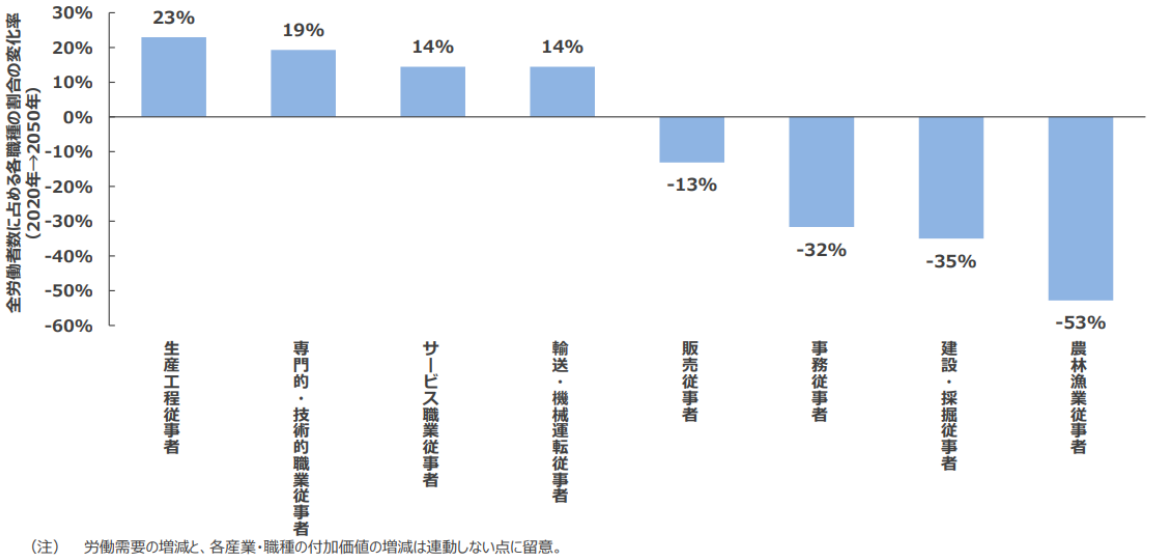
（注）　各職種で求められるスキル・能力の需要度を表す係数は、56項目の平均が1.0、標準偏差が0.1になるように調整している。
（出所）2015年は労働政策研究・研修機構「職務構造に関する研究Ⅱ」、2050年は同研究に加えて、World Economic Forum “The future of jobs report 2020”, Hasan Bakhshi et al., “The future of skills: Employment in 2030”等を基に、経済産業省が能力等の需要の伸びを推計。

20

AIやロボットで代替しやすい職種では雇用が減少するが、

代替しづらい職種や、新たな技術開発を担う職種では雇用が増加する。

主な「職種」ごとの、必要となる労働者数の相対的変化（高成長シナリオ）



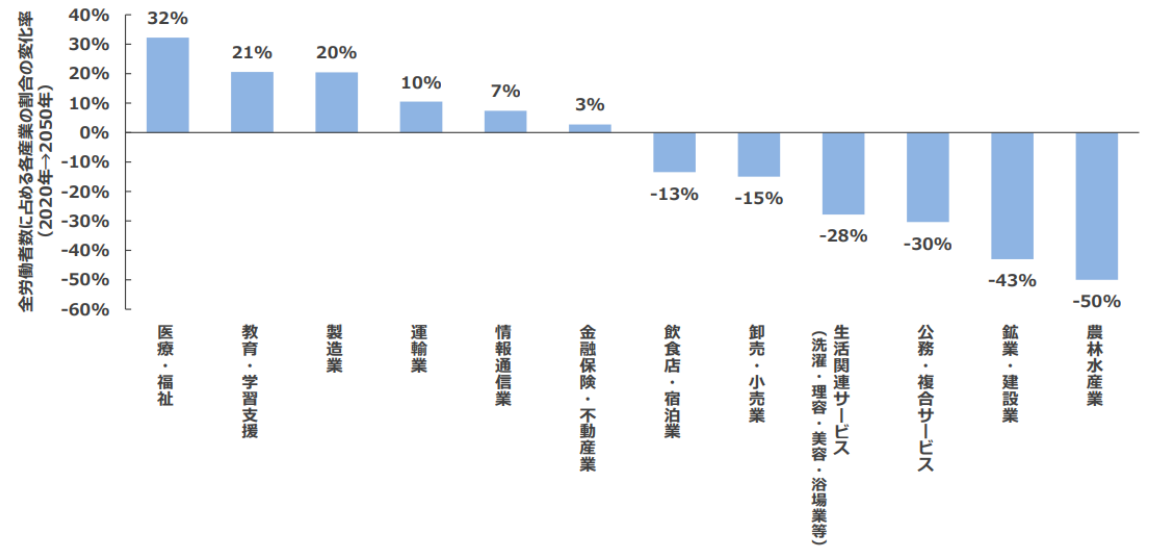
（注）　労働需要の増減と、各産業・職種の付加価値の増減は連動しない点に留意。

（出所）労働政策研究・研修機構「労働力需給の推計-労働力需給モデル（2018年度版）」、「職務構造に関する研究Ⅱ」（2015年）、World Economic Forum "The future of jobs report 2020", Hasan Bakhshi et al., "The future of skills: Employment in 2030"、内閣府「産業界と教育機関の人材の質的・量的需給マッチング状況調査」（2019年）、文部科学省 科学技術・学術政策研究所「第11回科学技術予測調査ST Foresight 2019」等を基に経済産業省が推計。

24

職種構成の内訳が、各産業の雇用の増減に大きく影響する。

主な「産業」ごとの、必要となる労働者数の相対的変化（高成長シナリオ）

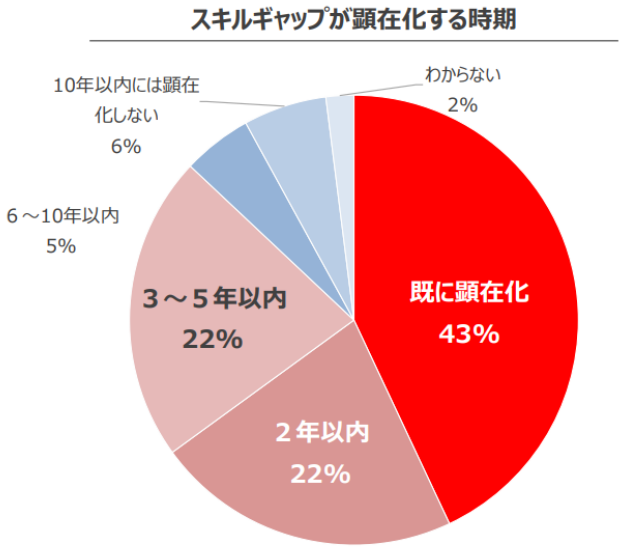


（注）　労働需要の増減と、各産業・職種の付加価値の増減は連動しない点に留意。

（出所）労働政策研究・研修機構「労働力需給の推計-労働力需給モデル（2018年度版）」、「職務構造に関する研究Ⅱ」（2015年）、World Economic Forum "The future of jobs report 2020", Hasan Bakhshi et al., "The future of skills: Employment in 2030"、内閣府「産業界と教育機関の人材の質的・量的需給マッチング状況調査」（2019年）、文部科学省 科学技術・学術政策研究所「第11回科学技術予測調査ST Foresight 2019」等を基に経済産業省が推計。

25

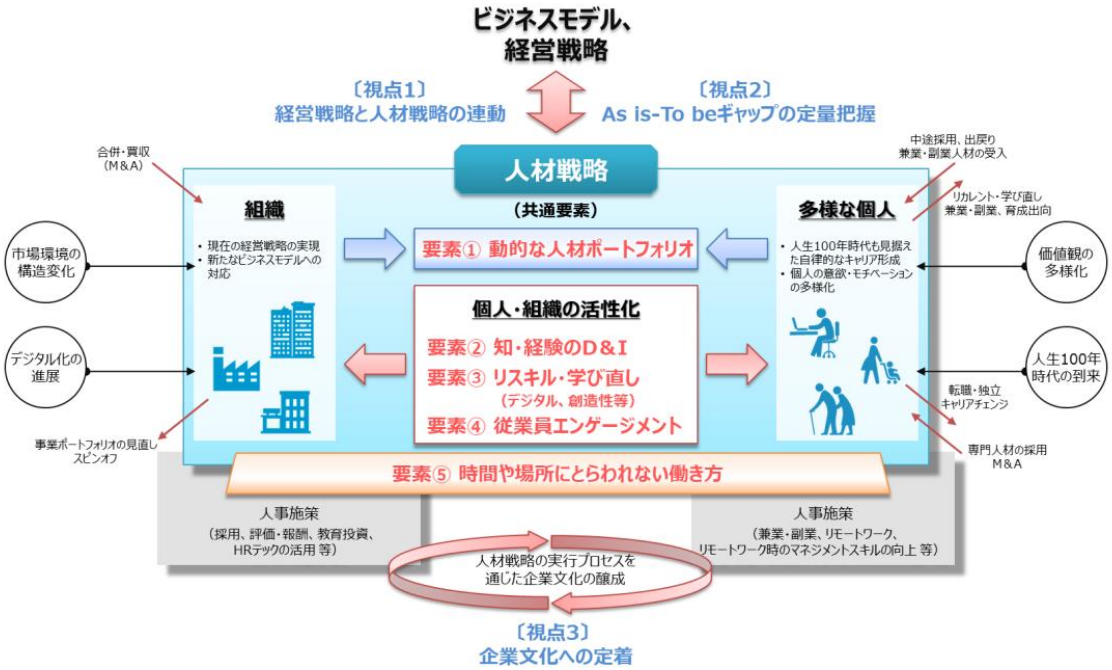
４割以上の企業は、「技術革新により必要となるスキル」と、「現在の従業員のスキル」との間のギャップを認識している。



（出所）McKinsey & Company “Beyond hiring: How companies are reskilling to address talent gaps”を基に経済産業省が作成。

38

「人材版伊藤レポート」では、人的資本経営を行うための３つの「視点」と５つの「共通要素」が整理されている。



53

◆キャリアデザインが求められる社会的背景に関する情報④キャリア教育

初等中等教育の現場でも、キャリア教育が推進されている。高等教育に至る前までに、学生がどのような体験を積み重ねてきたか、中学校・高等学校でどのようなキャリア教育が行われているか、そのガイドラインや実践事例を学びたい場合は、以下の資料が参考になる。

文部科学省　2023 中学校・高等学校キャリア教育の手引き

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/career/detail/mext_00010.html

特に、キャリアデザインと親和性の高い内容が、「特別活動」（教科の授業外）の実践として紹介されている（2023 中学校・高等学校キャリア教育の手引き　第 5 章　高等学校特別活動）

1　特別活動を通したキャリア教育の実践についての基本的な考え方

（1）特別活動で育成を目指す資質・能力

特別活動は，様々な構成の集団から学校生活を捉え，課題の発見や解決を行い，よりよい集団や学校生活を目指して様々に行われる活動の総体である。その活動の範囲は学年，学校段階が上がるにつれて広がりをもっていき，そこで育まれた資質・能力は，社会に出た後の様々な集団や人間関係の中で生かされていくことになる。このような特別活動の特質を踏まえ，指導する上での重要な視点が以下の３つの視点で整理された。

人間関係形成
集団の中で人間関係を自主的，実践的によりよいものへと形成するという視点である。必要な資質・能力は，集団の中において，課題の発見から実践，振り返りなど特別活動の学習過程全体を通して，個人と個人あるいは個人と集団という関係性の中で育まれる。
社会参画
集団や社会に参画し，様々な問題を主体的に解決しようとするという視点である。必要な資質・能力は，集団の中において，自発的，自治的な活動を通して，個人が集団へ関与する中で育まれる。
自己実現
現在及び将来の自己の生活の課題を発見し，よりよく改善しようとする視点である。必要な資質・能力は，自己の理解を深め，自己のよさや可能性を生かす力，自己の生き方を考え設計する力など，集団の中において，個々人が共通して当面する現在及び将来に関わる課題を考察する中で育まれる。

2　特別活動の指導内容とキャリア教育の考え方　―基礎的・汎用的能力を視点に―

特別活動の指導に当たっては，キャリア教育で育成すべき基礎的・汎用的能力を意識した指導が求められ，その指導を通して，キャリア教育が目指す社会的･職業的自立に必要な資質･能力を育成し，キャリア発達を促すことにつなげることが重要である。

次に一例として，特別活動の各活動及び学校行事の指導内容と基礎的・汎用的能力との関連を示す。

基礎的・汎用的能力の育成に特に関する指導内容の例

	人間関係形成･社会形成能力	自己理解・自己管理能力	課題対応能力	キャリアプランニング能力
ホームルーム活動	・自他の個性を理解して尊重し，互いのよさや可能性を発揮し，コミュニケーションを図りながらよりよい集団生活のつくり方を理解している。 ・ホームルーム生活の充実や向上のため，生徒が主体的に組織をつくり，役割を分担して，協力し合い実践することができる。 ・男女相互について理解し，協力して充実した生活づくりに参画しようとしている。	・現在及び生涯にわたって心身の健康を保持増進することや，事件や事故，災害等から身を守り安全に行動することができる。 ・心や体に関する正しい理解を基に，適切な行動をとり，悩みや不安に向き合い乗り越えようとしている。	・ホームルームや学校における生活を向上・充実させるための課題を見いだし，解決するために話し合い，合意形成を図り，実践しようとしている。 ・学校における多様な集団の生活を向上させようとしている。 ・我が国と他国の文化や生活習慣などを理解し，主体的に国際社会に生きる日本人としての在り方生き方を探究しようとしている。	・学校生活と社会的・職業的自立の意義を意識しながら，学習の見通しを立て，振り返ろうとしている。 ・社会参画意識の醸成や勤労観・職業観を形成しようとしている。 ・学校図書館等を活用し，自分にふさわしい学習方法や学習習慣を身に付けている。 ・主体的な進路の選択決定のために，進路に関する適切な情報を収集・整理して考えることができる。
生徒会活動	・異年齢で構成される組織における活動の意義を理解している。 ・生徒が主体的に組織をつくり，学校生活の課題を見いだし解決するために話し合い，合意形成する仕方を身に付けている。	・学校行事の特質に応じて，生徒会の組織を活用して，運営に主体的に協力しようとしている。 ・学校行事の意義，生徒会としての組織づくりや全校生徒で協働を図る仕組を理解し，方法を身に付けている。	・学校生活の課題を見いだし解決するために話し合う行動の仕方を身に付けている。 ・地域・社会の課題を解決するために，生徒会の組織を生かして取り組むことができる具体的な対策を考え，主体的に実践することができる。	・ボランティア活動などの社会参画を通して，地域や社会の課題を見いだし，具体的な対策を考え，実践し，地域や社会に参画することができる。 ・地域・社会の形成者として，よりよい地域や社会の生活づくりに参画しようとしている。
学校行事	・学校行事を通して集団や自己の生活上の課題を結び付け，人間としての在り方生き方について考えを深め，人間関係や集団をよりよく形成しようとしている。 ・他の生徒と協力して日頃の学習や活動の成果を発表したり，美しいものや優れたもの，芸術的なものや我が国の伝統文化に触れたりして，自他の個性を認め，互いに高め合うことができる。	・学校行事の意義や行事における活動のために必要なことを理解し，規律ある行動の仕方や習慣を身に付けている。 ・勤労の意義や尊さ，社会的・職業的な自立について理解し，ボランティア活動などの仕方について必要な知識及び技能を身に付けている。	・自己の生活を振り返り，健康，安全，防災，運動や体力の向上に関する課題と解決策について考え，他者と協力して，適切に判断し行動することができる。 ・心身の健全な発達や健康の保持増進，災害等の非常時から身を守ることの意義を理解し，必要な行動の仕方などを身に付けている。	・学校生活の節目の場において将来を見通したり，これまでの生活を振り返ったりしながら，新たな生活への自覚を高め，気品ある行動をとることができる。 ・勤労生産や奉仕に関する活動に積極的に取り組み，勤労観・職業観を醸成し，社会に貢献しようとしている。

実践例2（特別活動　ホームルーム活動）題材名「将来を見通し目標を立てる」【第3学年】

1　（ホームルーム活動(3)一人一人のキャリア形成と自己実現）この題材のねらい

- 社会の中で自分の役割を果たしながら，自分らしい生き方を実現していくことの意義や，現在の学習と将来の社会・職業生活とのつながりを考えるために，必要な知識及び技能を身に付けるようにする。
- 現在の自己の学習と将来の生き方や進路についての課題を見いだし，主体的に学習に取り組み，働くことや社会に貢献することについて，適切な情報を得ながら考え，自己の将来像を描くとともに自らの意思と責任で進路の選択決定ができるようにする。
- 将来の生き方を描き，現在の生活や学習の在り方を振り返るとともに，働くことと学ぶことの意義を意識し，社会的・職業的自立に向けて自己実現を図ろうとする態度を養う。

2　本実践とキャリア教育

変化の激しい社会において，将来直面する様々な課題に柔軟にかつたくましく対応し，社会的・職業的に自立していくためには，生徒一人一人が，学ぶこと，働くこと，そして生きることについて考え，それらの結び付きを理解し，他者と協働しながら自分なりの人生を創っていく力が求められている。本実践は，「キャリア・パスポート」を活用して自己理解を深化させた上で，人生グラフを利用して将来を見通す活動である。一連の活動によって生徒は自らの在り方生き方について考えを深め，自らの課題を見いだし，新たな学習や生活への具体的目標を設定していく。この活動は個々の自己実現に関わる内容であり，例えば，自らの将来において予想される困難や課題を乗り越えられるよう，これからの学習の見通しをたてる「キャリアプランニング能力」の育成を目指すことができるものといえる。

3　全体構想（本実践までの学習活動と本実践以後の学習活動）

	主な学習活動
事前指導	○ 入学から継続して「キャリア・パスポート」を記入する。
本時（2時間）	○ 卒業年度の目標設定 ・これまでの「キャリア・パスポート」を振り返り，自己理解の深化を図る。 ・30歳までの人生グラフ※を作成し，共有する。 ・自己理解と人生グラフの作成・共有を振り返り，目標を具体的に設定する。
事後指導（1時間）	○ 自己アピール文の作成 ・前時の学びを振り返り，学んだことをどういう場面で生かせるか，どう生かしていきたいかを具体的にアピールする。 ・進路学習や面談に向けた取組としても可。

※人生グラフとは，横軸に年齢，縦軸に幸福度として，起こり得るライフイベントとその時の幸福度を想像してプロットし，それらをつなげて作成する折れ線グラフのことである。

4　本実践（本時）の展開

＜本時のねらい＞

・「キャリア・パスポート」を活用し，自己理解の深化を図ることができる。

・今後の学校生活の充実と，社会的・職業的自立に向けて主体的に行動目標を設定しようとする。

	学習活動と内容	指導上の配慮事項と見取り（評価） ○配慮事項　☆キャリア教育の視点　◆教科・科目等の評価 ◇キャリア教育の視点からの見取り（評価）
導入	1　本時のねらいを確認する 2　「キャリア・パスポート」を準備する。	○ 自分と素直に向き合うことが大切であることを伝える。
展開（1時間目）	3　「キャリア・パスポート」を振り返り，自分が成長したこと，身に付いた力をできるだけ多く抜き出す。 4　3の中からトップ3を選び，それらの力がどのような場面で身に付いたか，生かされたかを表にまとめる。（ダイヤモンドランキングなどで順位を決めるとよい）	○ 最初の抜き出しは，箇条書きでもいいのでたくさん書くよう指示する。 ◇◆ 自分のよさ，成長についてまとめることで自己理解を深めることができたか。 ☆ 学校生活が自分の成長につながっていることに気付く。
展開（2時間目）	5　30歳までの人生グラフを作成する。 ※卒業時の自分の姿をイメージする。 ※必ず挫折イベントを2つ入れる。 ※4の表を根拠にその挫折を乗り越えるようにする。乗り越えられない場合があってもよい。その場合はどんな力が必要かをメモする。 6　5のグラフをグループで共有する。 7　5のグラフを通して30歳の自分を見通した上で，これまでの自分，1年後（卒業時）の自分を意識し，これから始まる3年次では何をすべきか，具体的な行動目標を考える。	○「1時間目で自己理解を深め，自分のよさや身に付けた力を発揮して困難を乗り越えるグラフをかく」＝「これまでの学びとこれからを結び付ける」であることを説明する。 ○ グラフがかけない生徒のために，ライフイベントをいくつか提示する。 ○ これまでの自分，30歳の自分，その途中にある1年後の自分，それぞれの節目を意識し，それらがつながっていることを強調する。 ◇◆ 自らの社会的・職業的自立に向けて必要な資質・能力の育成と学校生活がつながっていることを理解し，自らの将来に向けて学校生活をより充実させようとしていたか。
終末	8　本時を振り返る。 9　今後の流れ（本時の活動を自己アピールにつなげていくこと）を確認する。	○ 3年次の行動がその先に大きく影響すること，目標の達成に向けて意識して行動することが自己実現につながることを伝える。

5　本実践のポイント

- 「キャリア・パスポート」を活用した振り返りを生かして人生グラフを作成させることで，自分の能力や強みを将来どのように生かせるのか，また挫折をどう乗り越えていくのかを考えさせることができ，今の自分と将来とを結び付けることにつながる。
- 人生グラフの作成および他者との共有から，理想と現実の差を意識させ，卒業時の自分の姿を明確にさせることで3年次の具体的目標の設定につなげる。
- 本実践後に行う自己アピール文の作成では，本実践での取組（人生グラフの作成等）を参考に，何をしたかの羅列ではなく，どのような力が身に付いたか，大学や仕事において自分の強みや今の学びをどう生かして社会に貢献していくか等を具体的にアピールするよう意識させることが重要である。

実践例3（特別活動　ホームルーム活動）題材名「よりよい学校づくり」【全学年】

1　（ホームルーム活動（1）ホームルームや学校における生活づくりへの参画）この題材のねらい

- ホームルームや学校の生活を向上・充実させるために諸問題を話し合って解決することや他者を尊重し，協働して取り組むことの大切さを理解し，合意形成の手順や活動の方法を身に付けるようにする。
- ホームルームや学校の生活を向上･充実させるための課題を見いだし，解決するために話し合い，多様な意見を生かして合意形成を図り，協働して実践することができるようにする。
- 生活上の諸問題の解決や，協働し実践する活動を通して身に付けたことを生かし，ホームルームや学校における生活や人間関係をよりよく形成し，多様な他者と協働しながら日常生活の向上・充実を図ろうとする態度を養う。

2　本実践とキャリア教育

民法改正により成年年齢が18歳に引き下げられ，生徒には社会の形成者としての自覚と，よりよい地域や社会の生活づくりに参画するための資質・能力がより一層求められている。

特別活動は，「集団や社会の形成者としての見方・考え方」を働かせながら「様々な集団活動に自主的，実践的に取り組み，互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決する」ことを通して，資質・能力の育成を目指す教育活動である。

本実践は，生徒が学校における多様な集団生活の目標やきまり等を理解した上で，学校の形成者として学校生活の向上のための課題を見いだし，話し合い，合意形成を図り，ホームルームとしての提案や取組を決める活動である。この活動を通して，他者と協力しながら学校という社会の生活づくりに参画することで，自らが社会の担い手であるという自覚を醸成していくことが期待できる。同時に，キャリア教育における基礎的・汎用的能力においては，多様な他者とよりよい人間関係を形成し，協働して取り組むことができる「人間関係形成・社会形成能力」，学校生活の充実と向上を図るための諸課題を解決しようとする「課題対応能力」の育成につながるものであるといえる。

3　全体構想（本実践までの学習活動と本実践以後の学習活動）

主な学習活動	時数
生徒総会へ提出するための議案書を作ろう	本時 (1時間)
出された議案書をまとめよう (各種委員会，生徒会執行部)	放課後等
生徒総会	1時間
振り返り(「キャリア・パスポート」)	1時間

<特別活動／ホームルーム活動 (3) 一人一人のキャリア形成と自己実現>

<特別活動／生徒会活動>

<公共>

<家庭総合>

4　本実践（本時）の展開

＜本時のねらい＞

○ 学校の形成者としての自覚と，よりよい学校の生活づくりに責任をもって主体的に取り組むことの重要性を理解している。

○ 学校生活の課題を見いだし，解決するための方法を考え，多様な意見を生かして合意形成を図り，協働して取り組むことができる。

	学習活動と内容	指導上の配慮事項と見取り（評価） ○配慮事項　☆キャリア教育の視点　◆教科・科目等の評価 ◇キャリア教育の視点からの見取り（評価）
導入	1　本時の流れと意義について確認する。 2　事前課題「これまでの学校生活を振り返り，よいところと改善すべきところ」の集約結果を共有する。（課題は事前にICTを利用して提出しておく。）	○ 改善すべき課題点ばかりでなく，よいところも意識させ，よりよい学校づくりにつながるようにする。 ○ 生徒が事前に提出した内容を整理し，プロジェクター等で提示する。 ○ 4名～5名のグループとする。
展開	3　2で出された課題についてピラミッドチャートを使って検討し，改善すべき課題を1つに決める。 4　3の課題の改善案をグループで話し合う。議案書で提案したい改善案を整理し，提案すべき事柄を1つ決める。 5　各グループ1分プレゼンを行い，ホームルームで共有する。 6　5で発表された案について①よりよい学校生活にするために必要なことか，②実現可能か，③自らも主体的に協力できるか，の視点で評価し，賛同できるものを選択し，その理由を発表し合う。 7　6の結果を参考に，生徒総会に向けたホームルームの提案を決定する。	○ 思考ツールを利用して，話し合いが深まるように支援する。 ☆ 見いだした課題に対する実行可能な解決策を具体的に考えることを確認する。 ◆◇ 見いだした課題の改善策について，学校という社会の形成者として主体的に行動できるか，賛同できるかという視点で議論に参画している。 ○ 少数意見にも耳を傾け，安易な多数決にならないように留意する。また，なぜその案に賛成なのかを丁寧に話し合うことにより，生徒自身が学校という社会の形成者としての自覚と納得感をもてるようにする。
終末	8　本時の振り返り 9　他のクラスから提案される事柄についても，自分事として考えることを確認する。	◆◇ 学校という社会の形成者としての自覚と責任をもって，授業に参加している。社会参画の大切さを理解している。 ○ 生徒総会においては当事者意識をもち，学校生活の向上のために必要かどうかを考えながら参加することが重要であることを確認する。

5　本実践のポイント

ホームルーム活動の話合い活動などを通して育成した資質・能力は，自発的，自治的な活動を行う上で基本となるものである。本実践によって，生徒一人一人が集団の一員としての自覚をもってやるべきことを明確にすることで，自発的，自治的な活動につなげることができる。また，本時のホームルームでの活動，それを基にした生徒会執行部や各種委員会での話合い，生徒総会，そして総会後の振り返りと具体的な目標設定までの一連の流れを通して，一人一人が参画する活動が，生徒会活動を活性化し学校生活の充実につながること，さらには将来の社会的自立に必要不可欠であることも体感をもって理解させたい。

カリキュラム全体像



スタンダードとしてのカリキュラムの全体構成・ゴールを示す。各校の実態に応じ具体的な内容をアレンジすることを前提とする。

カリキュラムのゴール

本カリキュラムのゴールは、公務員としての就職が現実的・具体的になってきた学生が、自己実現に向け、（地方）公務員としての自らのキャリアを前向きにとらえ、主体的に判断・行動していくために必要な考え方やキャリアデザインの手法を理解することにある。オーナーシップ科目では「自分を主語にするキャリア」という意識を身につけることが目標であったが、本科目では、キャリアデザインの実践に向けた準備をすることが目標となる。

〇学習目標：自己理解・他者（地域）理解・職業理解を深めることを通じ、「自分のキャリアを自分で拓く」ために必要な多角的、多面的で柔軟なキャリアの視点や考え方を持つ。

カリキュラムの流れ

本カリキュラムは、15 時間を通じ、以下のような大きなセクションで構成されている：

【ライフコースの多様性理解】 先輩インタビューから、さまざまなライフがあることを認識

【ライフコースの構築・共有】 他者の視点を踏まえて自身のライフのイメージを形成

【キャリアデザインの概念理解】 キャリアデザインに必要な視点を獲得

【キャリアイメージの拡張】 公務員ならではの地域との関わりからキャリアの可能性を検討

【次への展望】 ふりかえり～就職のその先を見据えた主体的なキャリアデザイン

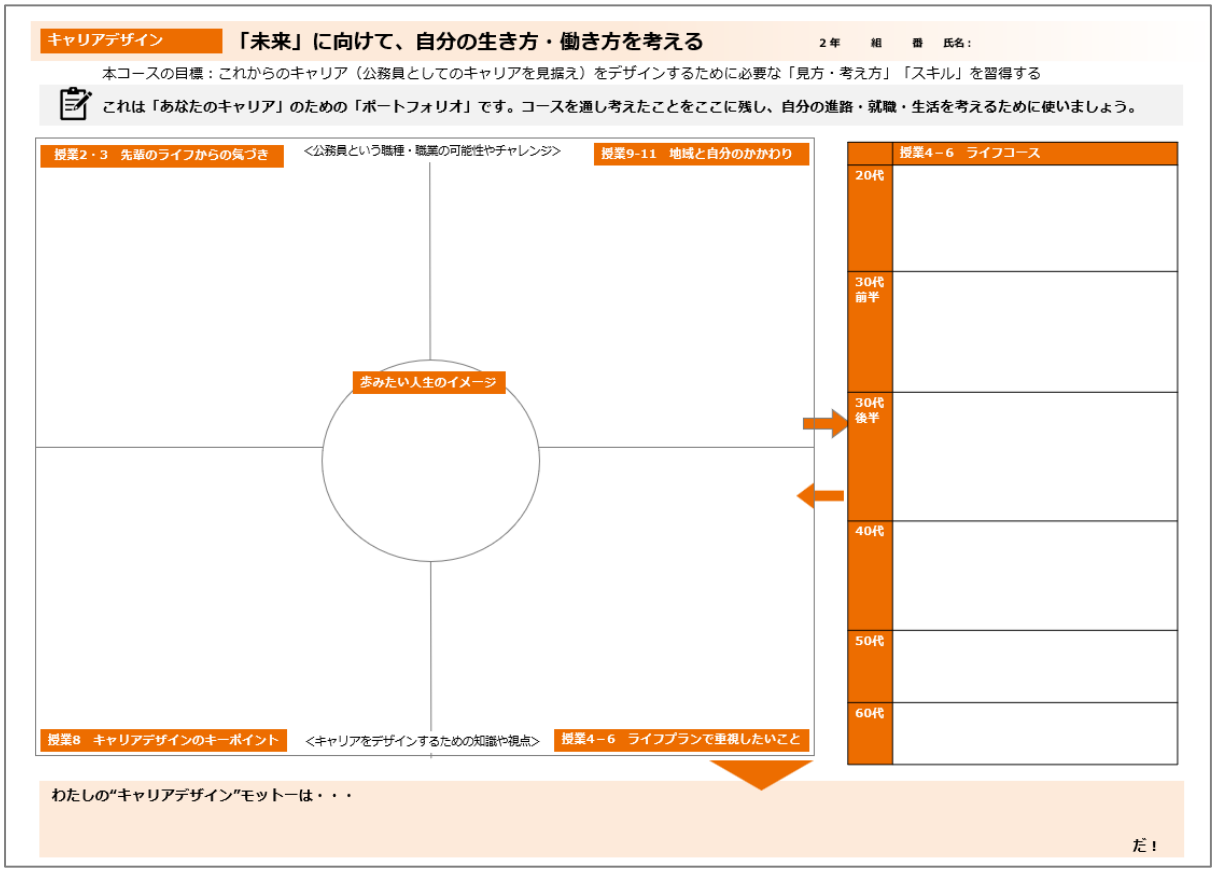
No.	授業テーマ	概要（主な学習活動等）
1	オリエンテーション	・キャリアオーナーシップポートフォリオの確認 Will-Can-Must の関係性の整理 ・ライフコースチャートの仮作成、共有
2	先輩のライフを知る①	・ライフコースを考えるにあたり、公務員の先輩に聞いてみたいインタビュー項目を検討する（グループワーク）
3	先輩のライフを知る②	・ライフコースを考えるにあたり、公務員の先輩にインタビューを実践する（グループワーク）
4	ライフコースとは	・ライフコースに関する解説 ・データから情報収集
5	ライフプランとは	・ライフコースを実際に設計する上で必要なライフプランニングの要素（お金）を考える
6	ライフコースを考える	・先輩のインタビュー、ライフプランの知識を統合し、ライフコースチャートを再作成
7	ライフコース共有	・ライフコースチャートをプレゼン ・相互評価
8	キャリアデザインとは？	・キャリアデザインで重要なキャリアレインボーの概念の提示（キャリアのなかで、役割が変化する）

9	地域の課題解決人材としての公務員のキャリアを考える	・先輩インタビュー動画から、公務員ならではのキャリアデザインについて知る（地域とのかかわり、地域課題解決の重要性）
10	地域課題を考える①	・どんな地域課題と向き合いたいか、自分の関心から検討する
11	地域課題を考える②	・地域課題に関するリサーチ ・公務員として自分が担いたい役割の言語化
12	自分のキャリアデザイン①	・どんなキャリアをデザインしていきたいか
13	自分のキャリアデザイン②	・キャリアデザインの可視化、言語化
14	エキシビション（全体共有）	・できる限り全員でキャリアデザインの共有 ・相互メッセージ
15	レポート作成	・学びの自己評価、レポート作成

学習成果物

- ポートフォリオ　※学生自身の手元に残るもの
- 最終レポート　※評価用

◆ポートフォリオイメージ（フォーマット）

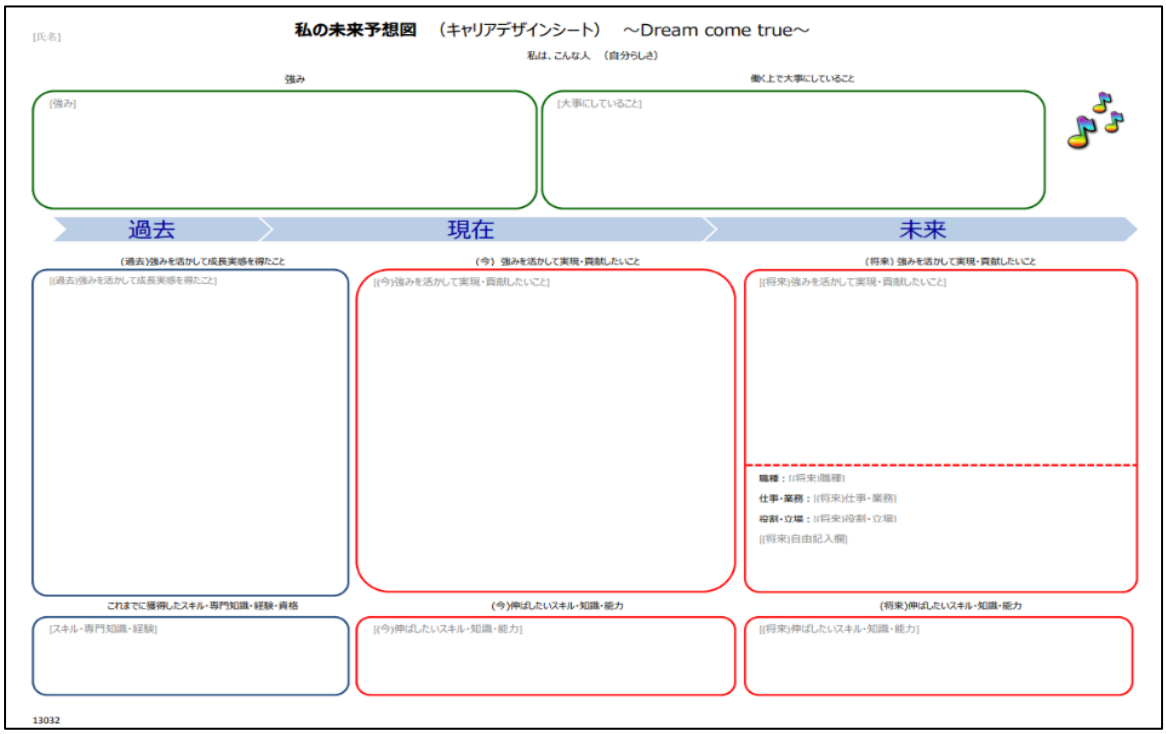


◆ポートフォリオイメージ（記入サンプル）



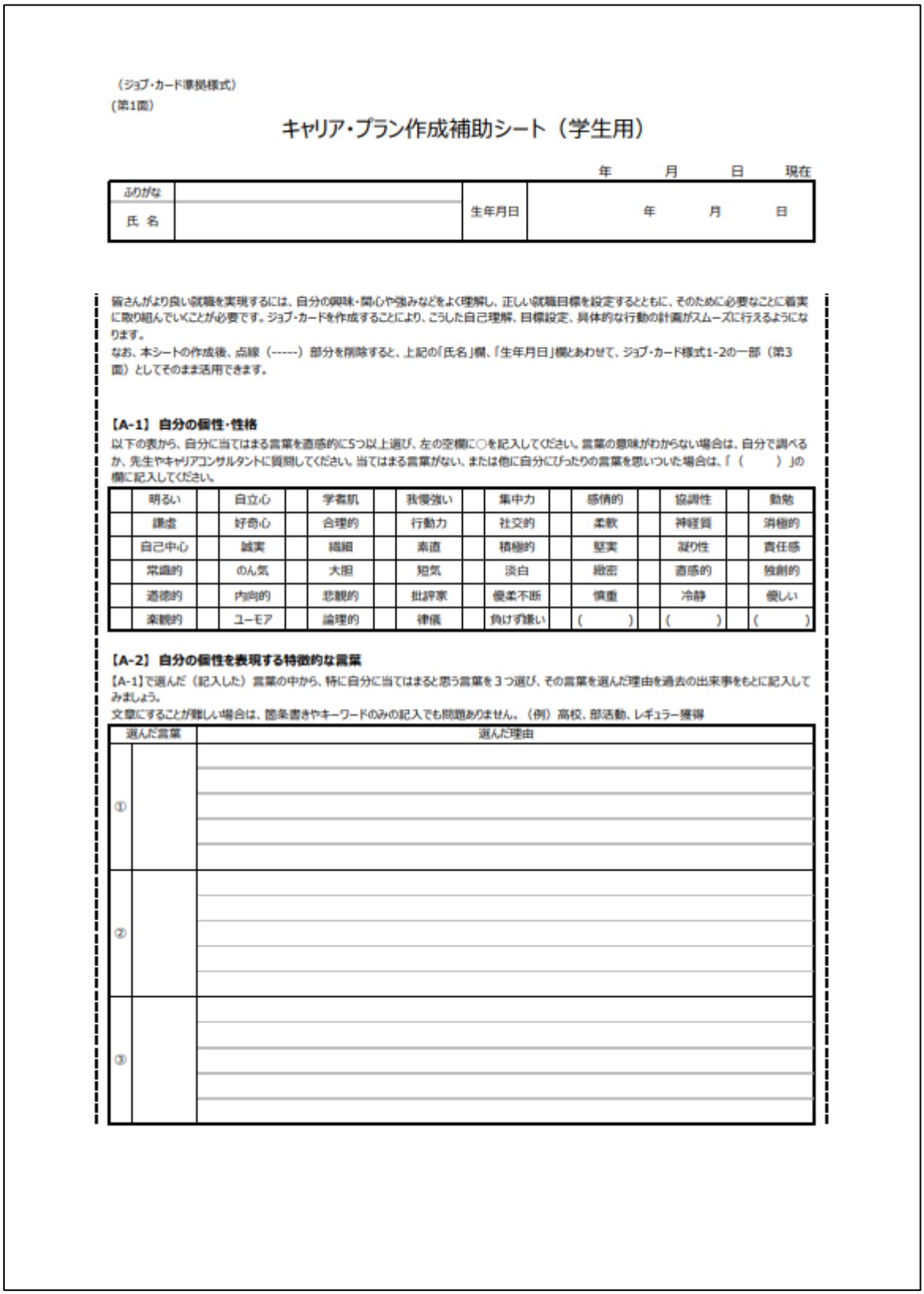
本ポートフォリオに加え、学生自身の就職活動やキャリアガイダンスに活かせる場合は、今回のカリキュラムの学習を踏まえ、改めて「キャリア・プランシート」「マイジョブカード」等を別途作成し、自身のキャリアデザインについてより詳細に表現することも推奨される。

◆厚生労働省：わたしの未来予想図



（https://www.mhlw.go.jp/content/11800000/jinzai_236_img1.pdf）

◆厚生労働省：キャリア・プラン作成補助シート
https://www.job-card.mhlw.go.jp/guidance/download_blank



（ジョブ・カード準拠様式）
（第1面）

キャリア・プラン作成補助シート（学生用）

年　月　日　現在

ふりがな		生年月日	年　月　日
氏 名			

皆さんがより良い就職を実現するには、自分の興味・関心や強みなどをよく理解し、正しい就職目標を設定するとともに、そのために必要なことに着実に取り組んでいくことが必要です。ジョブ・カードを作成することにより、こうした自己理解、目標設定、具体的な行動の計画がスムーズに行えるようになります。
なお、本シートの作成後、点線（-----）部分を削除すると、上記の「氏名」欄、「生年月日」欄とあわせて、ジョブ・カード様式1-2の一部（第3面）としてそのまま活用できます。

【A-1】 自分の個性・性格

以下の表から、自分に当てはまる言葉を直感的に5つ以上選び、左の空欄に○を記入してください。言葉の意味がわからない場合は、自分で調べるか、先生やキャリアコンサルタントに質問してください。当てはまる言葉がない、または他に自分にぴったりの言葉を思いついた場合は、「（　　）」の欄に記入してください。

	明るい		自立心		学者肌		我慢強い		集中力		感情的		協調性		勤勉
	謙虚		好奇心		合理的		行動力		社交的		柔軟		神経質		消極的
	自己中心		誠実		繊細		素直		積極的		堅実		凝り性		責任感
	常識的		のん気		大胆		短気		淡白		緻密		直感的		独創的
	道徳的		内向的		悲観的		批評家		優柔不断		慎重		冷静		優しい
	楽観的		ユーモア		論理的		律儀		負けず嫌い		（　）		（　）		（　）

【A-2】 自分の個性を表現する特徴的な言葉

【A-1】で選んだ（記入した）言葉の中から、特に自分に当てはまると思う言葉を３つ選び、その言葉を選んだ理由を過去の出来事をもとに記入してみましょう。
文章にすることが難しい場合は、箇条書きやキーワードのみの記入でも問題ありません。（例）高校、部活動、レギュラー獲得

選んだ言葉		選んだ理由
①		
②		
③		

(第2面)

【B-1】 仕事を選ぶ上でのこだわり（大事にしたい価値観）

以下の表から、自分が仕事を選ぶ上でのこだわり（大事にしたい価値観）を選び、該当する番号左の空欄に○を記入してください。複数選択可能です。
あまり考え込まずに、直感的に選びましょう。当てはまる選択肢がない場合は、「その他（　）」の欄に自由に書いてみましょう。意味のわからない言葉がある場合は、自分で調べるか、先生やキャリアコンサルタントに質問してください。

	1	専門性を生かしたい		10	開発や発明等の創造性のある仕事をしたい
	2	仕事の中で専門家としての能力を発揮したい		11	世の中をよくするための仕事をしたい
	3	経営に関する仕事をしたい		12	医療や福祉等の人や社会に貢献できる仕事がしたい
	4	管理者、経営者になることを目指したい		13	誰もが尻込みする困難な仕事にチャレンジしたい
	5	自分のやり方や自分のペースで仕事をしたい		14	安定よりも挑戦を求めて仕事がしたい
	6	組織で働くよりも独立して仕事がしたい		15	仕事だけではなくプライベートを大事にしたい
	7	安定している組織で働き、確実な報酬を得たい		16	育児や介護休暇等が取りやすい組織で仕事をしたい
	8	中小企業よりも大企業で仕事がしたい		17	その他（　　）
	9	新たな組織の起業や、組織の再建等の仕事がしたい		18	その他（　　）

【B-2】 自分のこだわり（大事にしたい価値観）に影響を与えた、心に残る経験・出来事

【B-1】でなぜそのこだわりを選んだのか、その理由と思われる過去の経験・出来事を、できるだけ具体的に（どこで、誰と・誰に対して、何をしたか）思い出して記入してみましょう。経験・出来事は３つ以上記入し、影響を大きく受けた順に「１」から順位をつけてください。文章にすることが難しい場合は、箇条書きやキーワードのみの記入でも問題ありません。また、経験・出来事ごとに線を引いて区別するとあとで見やすくなります。

例. 高校生(18歳頃)に、アルバイト先の老人ホームで、おばあさんの手を引いて一緒に歩いたら、「あなたは優しいね。ありがとう。」と言われた。

順位	時期・年齢	経験・出来事の内容

【B-3】 価値観、興味、関心事項等（大事にしたい価値観、興味・関心を持っていることなどを記入）

【B-1】、【B-2】に記入した内容を見て、どのようなことを感じますか。感想を記入してください。

(第3面)

【C-1】 自分の「強み」と「弱み」

以下の表のうち、自分が非常に自信があるものに◎、ある程度自信があるものに○、あまり自信がないものに△、自信がないものに×を、番号左の空欄に記入しましょう。すべての項目に印をつける必要はありません。あまり考え込まずに、直感的に選びましょう。選択肢以外に自信があるものや自信がないものを記入したい場合は、「その他（　　）」の欄に自由に書いてみましょう。

	1	指示を与えられたらスピーディに対応する		17	目標を決め、課題を明らかにした上で仕事の計画を立てる
	2	顧客には丁寧・親切に対応する		18	自分の仕事の流れを把握する
	3	手を抜かず真面目に対応する		19	仕事にミスがないかチェックする
	4	異なる価値観を持つ人に偏見的な接し方をしない		20	業務にとって最低限必要な知識・技術を持つ
	5	自分の仕事の約束を守り、倫理的な問題を起こさない		21	個人の意見を聞いたり、気心の知れた集団の中で意見を調整する
	6	必要な情報を集める		22	相手にやってほしいことを明確に指示、要求する
	7	論理的に整理された考えや意見を出す		23	自分ができることを指導したり教育する
	8	具体的情報を絵や図を用いて表現できる		24	指示を受けて協力し合うときに協調・協力の姿勢を示す
	9	事実と意見を混同せず、できる限り客観的な状況判断を行う		25	自分の言いたいことや情報を正確に伝える
	10	コスト意識を持って仕事に取り組む		26	自分の強み、弱み、限界を把握している
	11	プレゼンテーションの準備をしっかりする		27	不満な状況に陥っても、気持ちを切り替えてすぐに前向きに対応する
	12	関わる人に関心を示し、コミュニケーションを図ろうとする		28	指示されたことを勉強する
	13	あまり複雑でない、やっかいでない課題に対処する		29	自分の伝えたいことを前向きな言葉や態度で伝えている
	14	気持ちの良い受け答えやマナーの良い対応をする		30	いざというときにはやる気をみせる
	15	ビジネスの動向に関心を示す		31	その他（　　）
	16	組織の命令系統・ルールに従う		32	その他（　　）

出典：中央職業能力協会[CADS]の「スキル マップ」(一部修正)

【C-2】 伝えたい自分の強みと改善したい自分の弱み

【C-1】の表から、就職するに当たって生かしたい自分の「強み」と改善したい自分の「弱み」をそれぞれ最大5つ選び、その番号を記入してください。

特に自信のある自分の強み					改善したい自分の弱み				

【C-3】 強み等（自分の強み、弱みを克服するために努力していることなどを記入）

【C-1】、【C-2】に記入した内容を踏まえ、自分の得意なこと、苦手なことやそれを克服するために努力していることなどを記入してください。

(第4面)

【D-1】 将来取り組みたい仕事や働き方等（今後やってみたい仕事（職種）や働き方、仕事で達成したいことなどを記入）

【A-1】から【C-3】までに記入した内容を踏まえて、将来の仕事に関する目標について、できれば時期（5年後、10年後、20年後など）とともに記入してみましょう。現時点でやってみたい仕事が明確に思いつかない場合は、職業興味検査（ＶＰＩ）を受けてみたり、「ジョブ・カード活用ガイド」に掲載している「職業一覧」を参考にしたりしながら考えてみましょう。

【D-2】 これから取り組むこと等（今後向上・習得すべき職業能力や、その方法などを記入）

【D-1】に記入した目標を達成するために、習得すべき能力、資格や今後克服すべき「弱み」・向上すべき「強み」は何か、それをいつ、どのように習得、克服、向上していくべきかを具体的に記入してみましょう。文章にすることが難しい場合は、箇条書きやキーワードのみの記入でも問題ありません。

【D-3】 その他（以上から、自己PRやキャリアコンサルティングで相談したいことなどを自由記入）

【A-1】から【C-3】までに記入した内容を踏まえて、将来取り組みたい仕事（職種）を志望した動機や自己ＰＲ、キャリアコンサルティングで相談したいことなどを記入してください。

評価規準



カリキュラムを通じて育成・発揮してほしい資質能力について、スタンダードとして評価規準を示す。各校の実態に応じ具体的な評価基準を設定することを前提とする。

観点	育成したい資質能力	説明
知識技能	キャリアデザインについての理解 ※1 年次「キャリアオーナーシップについての理解」	キャリア形成に必要な考え方としてキャリアデザインを自分なりに実践するために必要なことを説明する
	情報活用能力	自分に必要な情報を取捨選択し活用する
思考判断表現	多面的・多角的思考力	・多様な視点を持ち柔軟に物事をとらえる ・一般概念を応用して考える
	協働力　※1 年次「表現力」	他者の意見や、やり方を尊重しながら、協力してゴールに向けて取り組む
学びに向かう姿勢	自己探究力	自分自身を見つめ、強み・弱み・価値観を踏まえながら、自身の未来（生き方・働き方）について考える

4	3	2	1
知識技能：キャリアデザインについての理解			
キャリアデザインという考え方とその実践に必要なことについて自身のキャリア形成のイメージをもって具体的に説明する	キャリアデザインという考え方とその実践に必要なことについて具体的に説明する	キャリアデザインという考え方について一般的な用語で説明する	キャリアデザインという考え方について説明ができない（理解していない）
知識技能：情報活用能力			
コースを通じ、自分自身のキャリアデザインに必要な情報を主体的に収集し、その必要性を判断し取捨選択した上で効果的に活用する	コースを通じ、学習に必要な情報を主体的に収集し、取捨選択して活用する	コースを通じ、学習に必要な情報を主体的に収集する	コースを通じ、学習に必要な情報を収集できない（指示されたら検索できるが自ら探さない）
4	3	2	1
思考力判断力表現力：多面的・多角的思考力			
コースを通じ、取り扱うテーマやトピックについて、一般的な概念やフレームを応用し、自分事として物事を考える	コースを通じ、取り扱うテーマやトピックについて、一般的な概念やフレームを応用し考える	コースを通じ、取り扱うテーマやトピックについて、一般的な概念やフレームを参考に考える	コースを通じ、取り扱うテーマやトピックについて、自分の主観のみで捉える
思考力判断力表現力：協働力			
自分の考えを明確もちながら、他者の考えを受容し、共にゴール（目標やタスク）に向けて協力	他者の考えを受容し、共にゴール（目標やタスク）に向けて協力し、効果的に連携する	他者と共にゴール（目標やタスク）に向けて協力し連携する	他者と連携ができない

し、効果的に連携する			
主体的に学びに向かう姿勢：自己探究力			
自己理解をベースとしながら、他者の多様な経験や考え、様々な情報（データ）を統合し、自分のキャリア形成に生かそうとする	他者の多様な経験や考えを自分のキャリア形成に生かそうとする	他者の多様な経験や考えを取り入れようとする	他者の経験や考えを取り入れようとしない

評価方法

- 出欠
- 授業時の参加度・グループワーク貢献度（教員による観察）
- 授業後のふりかえり（ひとこと Form）
- 最終レポート　※レポート以外にプレゼンテーションがある場合、評価の対象となるか否かを要検討

◆授業後のふりかえり－ひとこと Form のプロンプト（例）

以下のようなふりかえりの視点から、①と⑥を固定とし、②～⑤を目的に応じ選抜または組み合わせて Form に設定し、定点で学びの状況を把握する：

① 今日の授業はどのような内容でしたか？ふりかえって簡単に書いてください。
② 今日の授業の中で，印象に残ったことは何ですか？その理由もあわせて書いてください。
③ 今日の授業の中で、わからなかった、特に難しかったと思ったことは何ですか？その理由もあわせて教えてください。
④ 今日の授業の中で、一番記憶に残るキーワード・単語は何ですか？
⑤ 今日の授業の中で、困ったことはありましたか？
⑥ 授業に関する希望、相談などあれば教えてください。

◆最終レポートサンプル

キャリアデザイン□最終レポート			
コース名		氏名	
❶→自分の言葉で「キャリアデザイン」を説明してください。授業の内容も踏まえて書きましょう （字数問わず）			
❷→「キャリアデザイン」において、大切なことは何だと思いますか。授業の内容も踏まえて書きましょう （字数問わず）			
❸→今回のコースで学んだことで自分にとって一番学びだったこと、心に残ったことは何ですか？ （字数問わず）			
❹→□現時点で、わたしが描く、わたしのキャリアのイメージと、それをどう実現していくか <レポートの要件> □・600字程度でまとめること□ □・あなたのことを知らない人にも、あなたのキャリアのイメージを簡潔に伝えるつもりで構成すること □・「できるかできないか」は問わないので、あなたが「こうありたい」と描くことで構成すること □・「キャリアデザイン」の観点で、イメージだけでなく、その実現のため、これからどんなことに取り組みたいか、どんなこと が必要だと思うか、ライフプラン、などを組み込むこと			

※書きこんだ文章を選択し、ドキュメントの下部を見ると「文字カウント」が確認できます

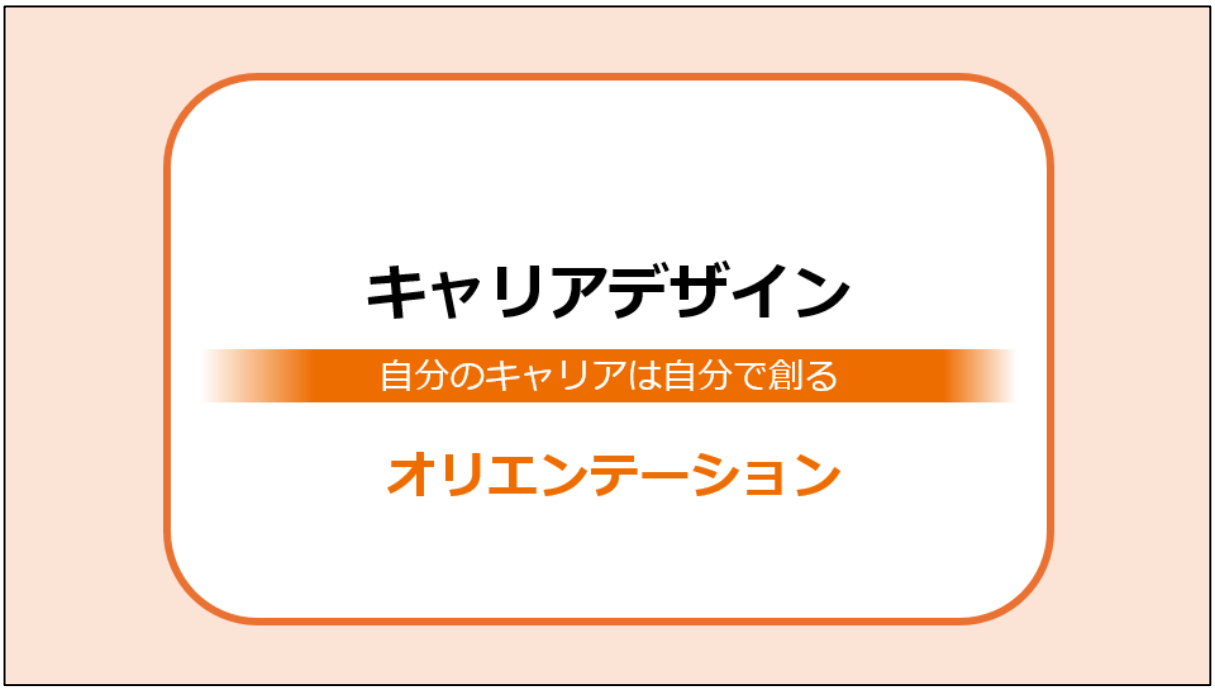
各授業の詳細

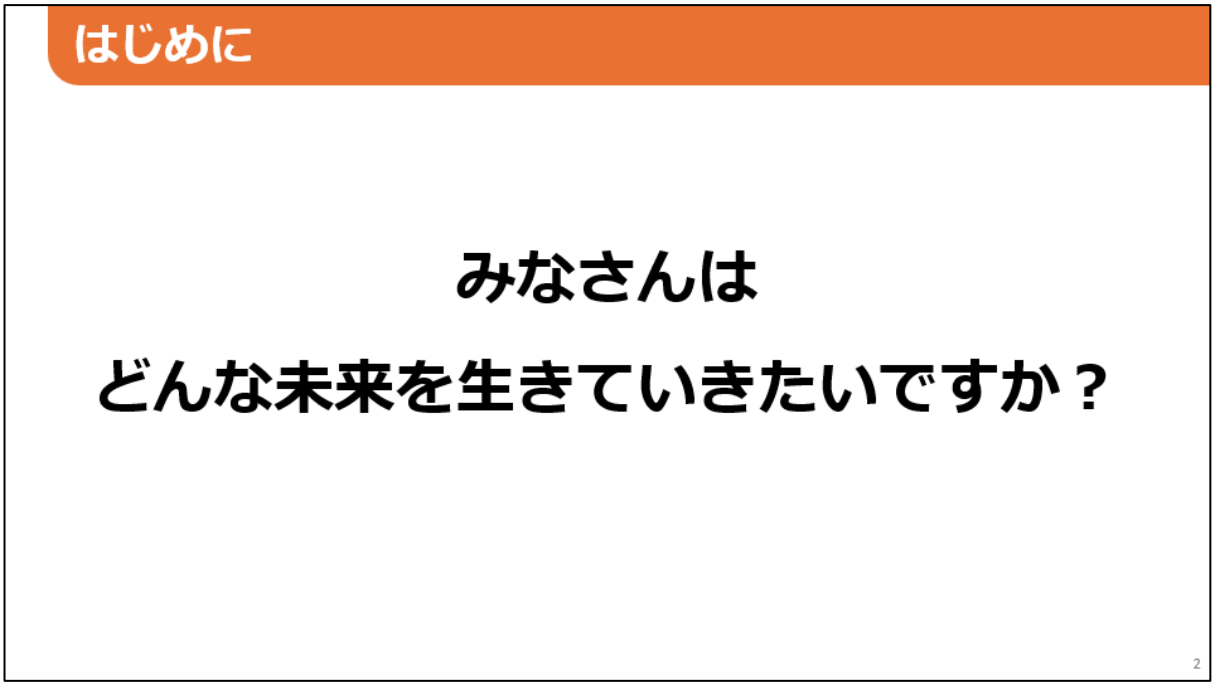
授業１　オリエンテーション

授業の目的
・学生自身が、学習目標、育成したい力を理解する ・協働的な学びの実践（ペアでの共有）
シラバス（全体）との関連
就職が決まっている＝キャリアが決まっているのではなく、キャリアを「人生（ライフ）」の観点から捉える。これからの学びの土台づくり。
授業の中心となる問い
わたしはどんなライフを送りたいのだろう？
使用ツール
ポートフォリオ（自分のライフコースを想像する） ※該当箇所は追ってブラッシュアップするので、この時点の書き込みの粒度は荒くてよい

	講義内容	進行ポイント
導入	● 授業の目的・全体像・最終成果物の説明 ● 【全体】キャリアについて理解していることを何名かに共有してもらう ・「就職」ではなく「これからの人生（ライフ）について自分で創るために必要なことを学ぶ授業」であることを伝える ・ゴールと成果物（ポートフォリオ）を提示する	➢ 評価に対する不安を下げる。 ➢ 安心して話してよい場であること、それもスキルトレーニングの一環であることを明確に伝える。
展開１	● １年次のポートフォリオを見ながら、自身の Will-Can-Must の関係整理、およびキャリアオーナーシップモットーを再確認する ● 【ペア】共有	➢ １年次のキャリアオーナーシップとの関連性を意識づける。

展開2	● ライフコースについて想像する ☛ライフコースの表を 60 代までにしているのは、現状両親や祖父母など周囲の大人とのかかわりから、このくらいまでは想像ができるのでは、という理由による ● 【個人】今思いつく自分のライフについて年代ごとに記入する ● 【ペア】共有	➢ この段階でライフコースについて詳細を教員が解説したり、調べさせず、現状思いつくことをまず書くことを重視。 ➢ 授業 4 以降でブラッシュアップするので粒度は荒くてよい。書けない学生がいてもよい。 学生自身に現状イメージが具体化していないことを自覚させる目的がある。 ➢ ペアで話しづらい場合は、ワークシートを交換し、相手のシートを読むだけでもよい。
まとめ	● 次回、グループの共有とともに、公務員の先輩にお話を伺う準備をすることを伝える	➢ うまく言語化できなくても問題ないことを伝える。


キャリアデザイン
自分のキャリアは自分で創る
オリエンテーション


はじめに
みなさんは
どんな未来を生きていきたいですか？
2

はじめに

1年生の時と比べて、

「未来」のイメージは変化しましたか？

3

本科目で考えること

“キャリア”はどう創る？

4

本科目の目標

自己理解・他者（地域）理解・職業理解を深めることを通じ、**「自分のキャリアを自分で創る」ために必要な多角的、多面的で柔軟なキャリアデザインの視点や考え方**を持つ

5

本科目を通じて身につけてほしい力

- **キャリアデザインについての理解**
- **情報活用能力**
- **多面的・多角的思考力**
- **協働力**
- **自己探究力**

6

本科目の成果物



7

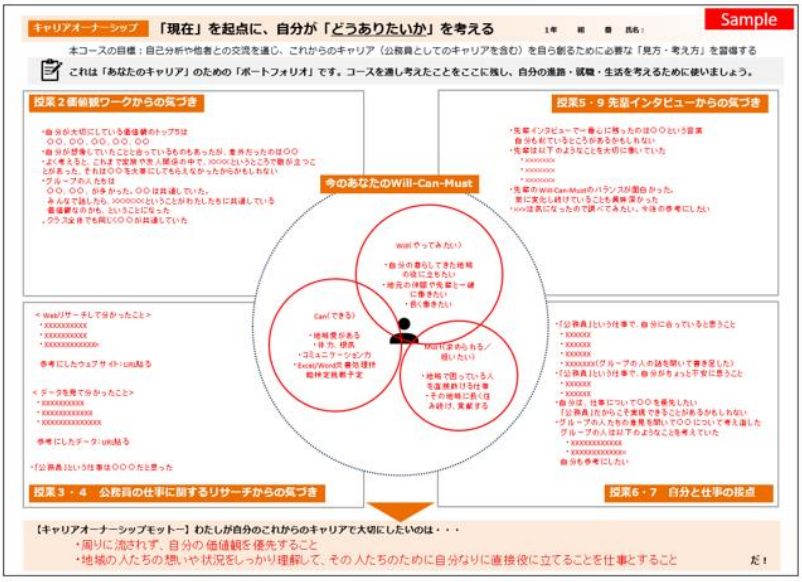
学びをふりかえる

☛キャリアオーナーシップのワークシートを
ふりかえろう

- Will-Can-Mustを確認しよう。
- キャリアオーナーシップモットーも確認しよう。
- ペア／グループで共有しよう。

8

1年：キャリアオーナーシップ



9

学びをふりかえる

キャリアという言葉を、

現在のあなたは

どのように理解していますか？

10

学びをふりかえる

キャリア≠就職

11

これからの学び

キャリア≒人生（ライフ）

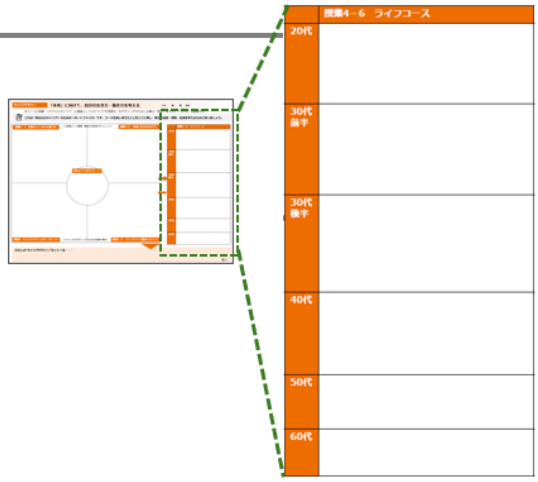
12

自分のライフを想像しよう

個人25分

☛自分のライフコース（仮）を想像してみよう

- **ライフコースの表に書きこんでみよう。**
  現状の想像で
  思いつくままに書いてOK！
  非現実的に思えてもOK！



13

自分のライフを想像しよう

☛自分のライフコース（仮）を想像してみよう

- **ペアを組む**
- **ペアで共有する**

14

授業２　先輩のライフを知る①

授業の目的
・公務員の先輩のライフからキャリアの広がりを知る ・協働的な学びの実践（グループでの協働）
シラバス（全体）との関連
他者の視点からライフについて考える
授業の中心となる問い
先輩は、どんな場面で、何を考えて選択してきたのだろうか？
使用ツール
―

	講義内容	進行ポイント
導入	● 前回の授業をふりかえる ● 【グループ】ライフコースの共有 ● グループの仲間とお互いのライフコースに関しコメントする	➢ 授業の目的を明確に伝える。 ➢ 教員自身も実践して共有するのも効果的。
展開１	● ライフコースについて説明する ● 公務員のライフコースについて想像する ● 公務員のライフコースについて調べる	➢ 厚生労働省の解説等を用いる。 ➢ いくつか Web サイトの URL を提示する。
展開２	● 【個人】公務員の先輩にライフコースについて質問するとしたらどんなことを聞いてみたいか付せんで書き出す ● 【グループ】書き出したことを共有、整理する ● 【全体】質問項目を精査する ● 【グループ】先輩へのインタビューの準備を行う	➢ 今回インタビューができる先輩について紹介できるよう プロフィールを準備する。 ➢ 各グループの質問が重複しないように調整する。 「公務員のキャリア」を考えるために必要な質問を優先する。

		➢ グループ内でインタビューの役割分担をする。
まとめ	● 次回先輩に直接インタビューする進行について伝える ● ひとことふりかえり（Form）	

◆参考 URL:先輩のライフを知る

ジチタイワークス 【連載】「公務員のキャリアデザイン」を学ぶ

https://jichitai.works/articles/1371

自治体通信オンライン これからの時代の公務員が「幸せ」になる働き方 #12

https://www.jt-tsushin.jp/articles/research/mshimada_hatarakikata_12

◆先輩インタビューについて

・協力いただける先輩は、実際に公務員として現場で活躍している方で、ご自身の仕事の面白さ、楽しさを伝えていただける方を選定します。キャリアデザイン科目では、オーナーシップ科目と比較し、キャリアを深堀りするため、理想だけでなく、部署移動やキャリアアップ、地域とのかかわりなど公務員ならではのたのしみ、難しさとともに、ライフコースのお話を通じ、プライベートにおける変化も含めて伝えていただける方がよいでしょう。

・学生が先々のキャリアを描けるような、30 代～40 代で、男性女性、さまざまな職種の方にお願いできるとベストです。

・先輩にはカリキュラムの目標、本授業の主旨、前後の学習など、めざすことを明確に伝え、学生と同じツール（Will-Can-Must やライフコース）を使ってお話いただけるよう明確に依頼をします。

ポイント	質問例
Past（過去）	学生時代どんなことが好きだったか。公務員をめざした理由。
When（いつ）	いつから現在の仕事についているか。その前は何をしていたか。
Where（どこで）	いまどこでどんな仕事についているか。
Who（誰が）	どんな人と一緒に働いているか。
Whom（誰に）	どんな人の役に立っていると感じるか。
What（何を）	この仕事の面白さや楽しみはなにか。
Why（なぜ）	なぜ面白みや楽しみを感じるか。
How（どのように）	課題に直面した際、どのように解決したか、乗り越えたか。
Future（これから）	これからどんなことを楽しみにしているか（キャリアの変化・発展について）。

◆先輩インタビュー質問例

・学生と同じツールを使用して資料を準備していただきます。ライフコースのイメージ、Will-Can-Must などを見せていただきながら、その上で、以下のような質問を投げかけると良いでしょう。

1. 学生の頃、どんな人生・働き方を思い描いていましたか？ 今と比べてどう変わりましたか？

2. これまでの配属や異動は、どのように決まってきましたか？ 自分の希望はどの程度反映されていましたか？

3. 急な部署変更や想定外の異動で、戸惑った経験はありますか？ そのときどう受け止め、どう対応しましたか？

4. 組織のルールについて、良い点・難しい点をどう感じていますか？

5. 仕事以外の人生（家族・地域・自分の時間など）は、どのようにバランスを取ってきましたか？

6. 地域との関わり（住む場所・人とのつながり）が、キャリアや考え方に影響したと感じることはありますか？

7. 「この先もこのままでいいのか」と立ち止まって考えた時期はありましたか？ 何がきっかけでしたか？

8. これまでの選択で「結果的に良かった」と思うものと、「想定外だったが意味があった」と思うものは何ですか？

9. 今後の人生やキャリアについて、どんな点は決めていて、どんな点は決めずにいますか？

10. キャリアやライフプランを考えるとき、知っておくと楽になる視点があれば教えてください

インタビューシート（案）

① 先輩について

- 所属・職種（わかる範囲で）：
- 今担当している仕事・役割：
- インタビュー日：

② 今の仕事・キャリアの選び方

Q1｜今の仕事（役割）を選ぶことになったきっかけは何でしたか？
（自分で選んだ／流れで決まった など）

Q2｜学生時代に思い描いていたキャリアと、今はどのくらい違いますか？

③ キャリアを今どう受け止めているか

Q3｜仕事をしていて「これは自分に合っているな」と感じる瞬間はありますか？

Q4｜これまでのキャリアで、悩んだり迷ったりした選択はありましたか？

Q5｜そのとき、何を基準に判断しましたか？
（価値観・人・状況・タイミング など）

④ 価値観・成長について

Q6｜仕事をする中で、大切にしている考え方や価値観は何ですか？

Q7｜「これは自分の成長につながった」と思える経験はどんなものですか？

⑤ ライフコースについて

Q8｜どんなライフコースを描いていますか？

Q9｜ライフイベントにより、キャリアを考え直したことはありますか？

⑥ 公務員としてのキャリア

Q10｜公務員だからこそのキャリアの面白さはなんですか？

⑦ 先輩の Will-Can-Must

⑧ インタビューを終えて（自分のためのメモ）

- 印象に残った言葉・フレーズ
- 「いいな」「自分も大事にしたい」と思った点
- 正直に感じたこと（違和感・迷いも OK）

授業３　先輩のライフを知る②

授業の目的
・公務員の先輩のライフからキャリアの広がりを知る ・協働的な学びの実践（グループでの協働）
シラバス（全体）との関連
他者の視点からライフについて考える
授業の中心となる問い
先輩は、どんな場面で、何を考えて選択してきたのだろうか？
使用ツール
ポートフォリオ

	講義内容	進行ポイント
導入	● 前回の授業をふりかえる 【グループ】質問を確認する	➢ 授業の目的を明確に伝える。
展開１	● 先輩を紹介する ● 【グループ】検討した質問を、順番に先輩に質問する ● 先輩からご自身のライフコースを提示しながら、改めて質問内容をなぞりながらライフイベントについて説明していただく	➢ 教員から先輩の簡単な紹介の後、先輩自身に自己紹介をお願いする。 ➢ 2 名以上参加いただけると望ましい。 ※事前にライフコースの表を作成してきてもらうことを依頼しておく。特に 20 代前半～現在までのライフコースについて詳細に記載してもらう。 ➢ 先輩が複数いる場合は、ローテーションする形で全員に同じ質問ができるようにする。 ※当日来訪いただけない場合、質問を送り回答を得られるように調整する ➢ グループで回答をしっかりメモする。
まとめ	● 先輩から学生に対するメッセージをいただく ● ポートフォリオに記入する	

	● ひとことふりかえり （Form）	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業４　ライフコースとは

授業の目的
一般的なフレームやデータをもってライフコースを捉える
シラバス（全体）との関連
ライフコースに影響を与える要素について整理し、より深くキャリアについて考える
授業の中心となる問い
先輩は、どんな場面で、何を考えて選択してきたのだろうか？
使用ツール
ポートフォリオ

	講義内容	進行ポイント
導入	● 前回の授業をふりかえる ➢ 先輩のインタビューで印象的だった内容を数名に発表してもらう	➢ 先輩のライフコースの資料等を再掲する
展開	● ライフコースの中で起こるライフイベントについて、先輩の話を聞いて関心を持ったことを中心に自分の場合を想像して調べるよう促す ● 異なる種類のデータを提示する ● 個人のストーリー ● 国の施策 ● データ（数値） ● 【グループ】データを分析し、データから読み取れることについて意見交換する	➢ いくつか Web サイトの URL を提示する ➢ 参考 URL リクルートワークス　基礎自治体職員業務実態調査 集計結果 https://www.works-i.com/research/report/item/sustainable.pdf 厚生労働省　令和５年度男女共同参画社会の形成の状況 https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r06/zentai/pdf/r06_05.pdf e-Stat 統計でみる日本 https://www.e-stat.go.jp/stat-search?page=1&query=%E5%B2

		%90%E9%98%9C%E7%9C%8C%20%E5%9C%B0%E6%96%B9%E5%85%AC%E5%8B%99%E5%93%A1%E7%B5%A6%E4%B8%8E&layout=dataset
まとめ	● ポートフォリオに記入する ● ひとことふりかえり（Form）	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業４のポイントは、

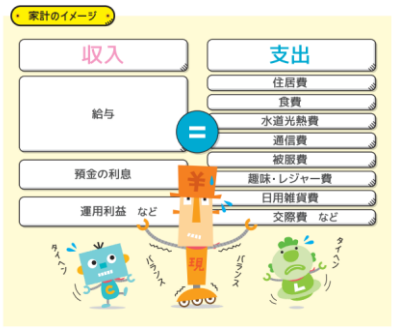
該当枠が「書けない」＝ライフコースを想像できない、ということを自覚させること。

もしくは、想像できたとしても、リアルな先輩のイメージや、公務員の仕事のこと知れば知るほど、その内容に疑問や批判的な視点が生まれ、更新されていくということ。

この時点で該当枠内が書けなくても、全く問題ない。

授業５　ライフプランとは

授業の目的		
キャリアデザインの理想と現実をつなぐ考え方を知る		
シラバス（全体）との関連		
ライフコースに影響を与える要素について整理し、より深くキャリアについて考える		
授業の中心となる問い		
自身のライフコースはどんな現実的な条件と結びつくだろう？		
使用ツール		
ポートフォリオ		
	講義内容	進行ポイント
導入	● 前回の授業をふりかえる	➢ ライフコースを歩む中で様々な条件や制約などがあること、そのためにもライフプランニングという考え方が重要であることを伝える
展開１	● ライフプランについて説明する ● ライフプランに必要そうな要素を考えさえ、複数名に発言してもらう	➢ 参考資料：金融経済教育推進機構　J-FLEC https://www.j-flec.go.jp/links/zenginkyo/fileadmin/special/money-highschool/data/textbook/k_t_01.pdf ➢ 参考 URL：以下のサイトから教材を DL して活用することも可能 （公財）生命保険文化センター：君とみらいとライフプラン https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/kyoudou/detail/1411247.htm 文部科学省：ライフプランニング教育プログラム https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyouiku/lifeplan.html 文部科学省：高校生のライフプランニング

		https://www.jili.or.jp/school/yokoku/9077.html
展開2	● 「お金」をトピックとして取り扱い、 「お金」をどのように得るか 「お金」がどこからきてどこにいくのか、 について考える ● 収入と支出について整理し、シミュレーションをする ＜資料＞  （金融経済教育推進機構　J-FLEC ライフプランはあなたの人生の設計図 01「生活設計と家計管理」、P7）	➢ ライフプランニングに必要な「お金」に深堀ることを伝える ➢ 答えを伝える前に、少し時間をとって、学生のアイデアが出やすくなるように誘導する ➢ バイトや学費など、学生のイメージしやすいお金の出入りを参考に考えてみる ➢ 自分の収入は誰かの出費により成り立っていること、逆に自分の出費は誰かの収入になっていることに気付かせる（あなたのお金が経済，誰かの生活を支えている） ➢ 参考資料：https://www.j-flec.go.jp/links/zenginkyo/fileadmin/special/money-highschool/data/textbook/k_t_01.pdf
まとめ	● ライフの中で自己実現するためにはお金のことを含め「ライフプラン」が重要であることを確認する ● ポートフォリオに記入する ● ひとことふりかえり（Form）	➢ お金がすべてではなく、今回は題材としてお金を取り上げたことを確認する ➢ 自分がやりたいこと、自分のライフコースの変化に対応するため、ライフプランが重要であること確認する

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業６　ライフコースを考える

授業の目的		
これまで学習したことを一度統合し仲間と共有する 協働的な学習の実践（相互フィードバック）		
シラバス（全体）との関連		
自身のライフコースの解像度を上げる		
授業の中心となる問い		
自分はどんなライフコースを歩みたいか？		
使用ツール		
ポートフォリオ		
	講義内容	**進行ポイント**
導入	● 前回の授業をふりかえる	
展開	● ここまでの先輩の話、データを踏まえ、ポートフォリオ内「ライフコース」の表を作り直す	➢ 十分に個人の時間を確保する ➢ ライフプランの観点でもライフコースを検討するよう伝える
まとめ	● 発表準備をするよう伝える	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業７　ライフコースを共有する

目標等は授業６と同じ。

	講義内容	進行ポイント
導入	● 相互フィードバックの視点を提示する	➢ 他者の評価ではなく、他者を尊重・エールを送るつもりでコメントすること、他者から自分にはない視点を得ようとする姿勢を持つよう伝える
展開	● 【全体】再考した「ライフコース」について発表する	➢ 全体で実施するのが難しい場合はグループで行う
まとめ	● ポートフォリオに記入する ● ひとことふりかえり（Form） ● 次回の予告	➢ 他者の発表を聞いて気づいたことをライフコースに反映するよう伝える

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業８　キャリアデザインとは

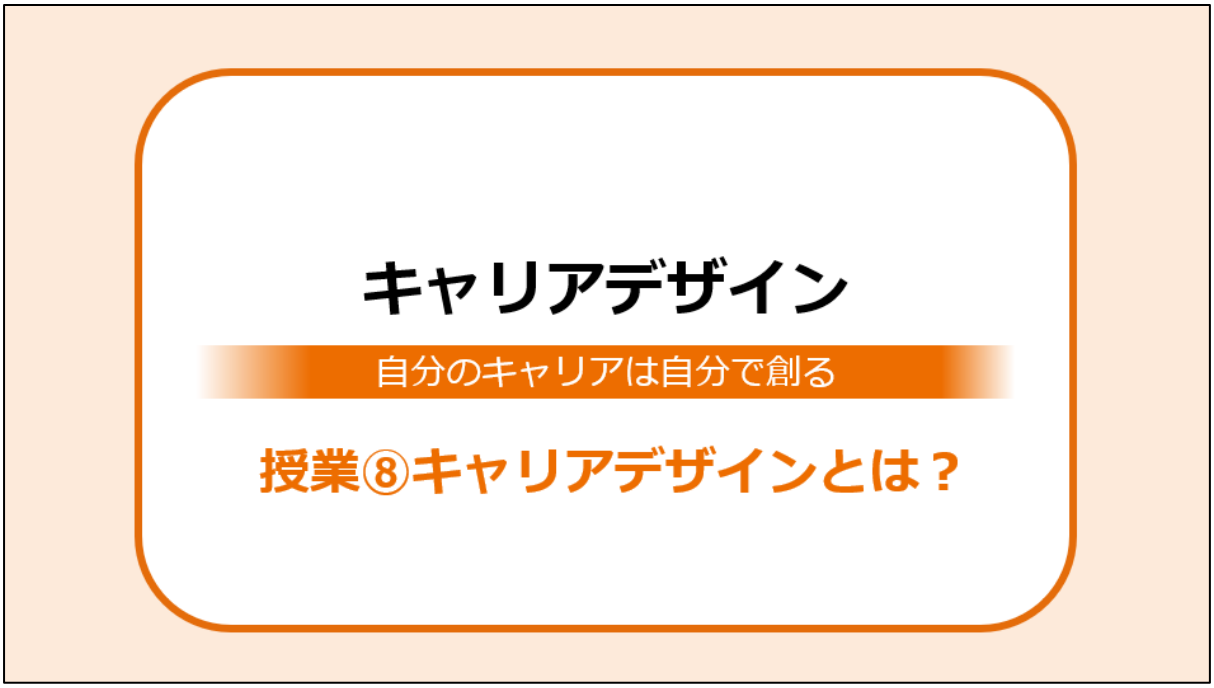
授業の目的
これまでの学びを踏まえ、キャリアの「タテ」「ヨコ」の幅を意識する
シラバス（全体）との関連
ここまでの「ライフコースのイメージ」の具現化に向け、実際にキャリアを設計していくために必要な視点を獲得する
授業の中心となる問い
キャリア（人生）をデザインするとはどういうことだろう？
使用ツール
ポートフォリオ リサーチ用のパソコン／スマートフォンの準備

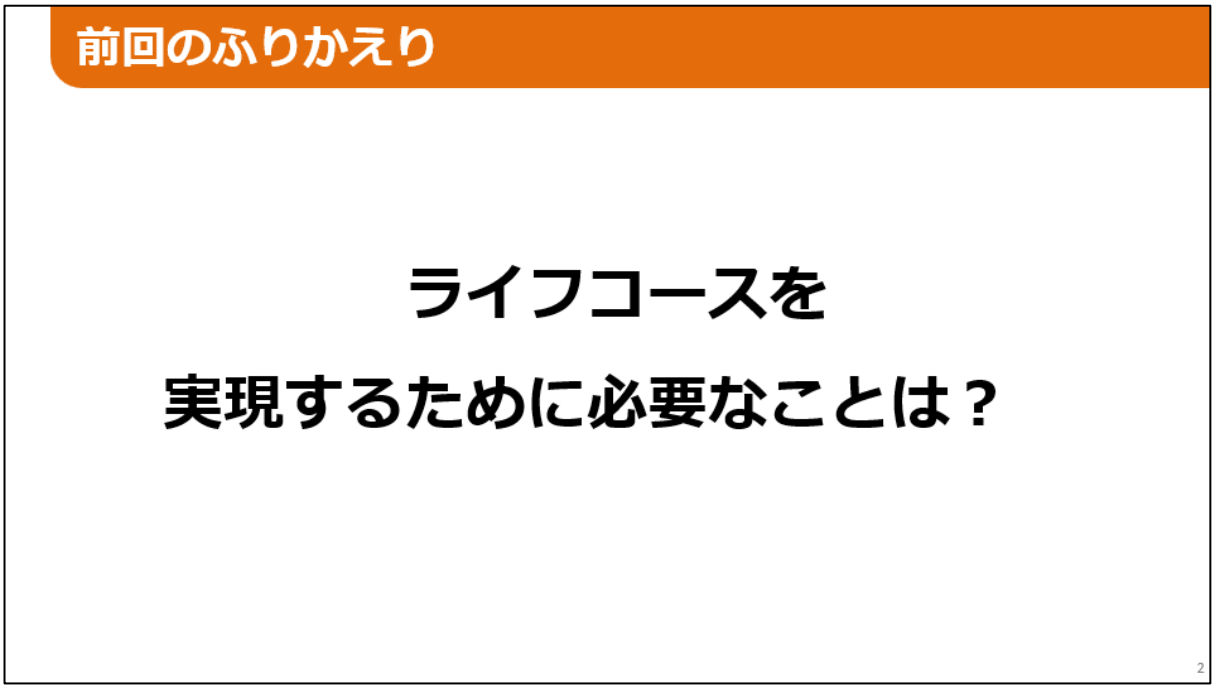
	講義内容	進行ポイント
導入	● これまでの授業をふりかえる ● ここから「キャリアデザイン」の実践に向けて学習を深めることを伝える	➢ ライフコースについて想像してみる、という段階から、ライフコースが進む中で（タテ）キャリアをどう設計していけるかを考えるところに視点を移す ➢ Will-Can-Must についてリマインドする
展開	● キャリアデザインについて説明する ● キャリアレインボーについて調べるよう促す ● キャリアレインボーについて説明する ＜キャリアレインボー＞「ライフキャリア・レインボー」とは、1950 年代に米国の教育学者のドナルド・E・スーパーが発表したキャリア理論。キャリアを人生のある年齢や場面のさまざ	➢ キャリアデザイン 参考 URL：マイナビ　My Career Study キャリアデザインとは？ 重視される背景と学生自ら考えるべき理由 https://mcstudy.mynavi.jp/conts/career-tips/whats-careerdesign.html ➢ キャリアレインボーという単語のみ提示し、説明する前に一度リサーチをさせる ＜参考＞ 文部科学省　高等学校キャリア教育の手引き

	まな役割（ライフロール）の組み合わせ	第 1 章第 1 節キャリア教育の必要性と意義：https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/11/04/1312817_05.pdf パソナキャリア：https://bemyself.pasonacareer.jp/skill/skill-2339/ ➢ タテの時間軸だけではなく、ライフロールの変化によりヨコの役割の幅・変容があることを意識づける
まとめ	● ポートフォリオに記入 ● ひとことふりかえり（Form） ● 次回の予告	

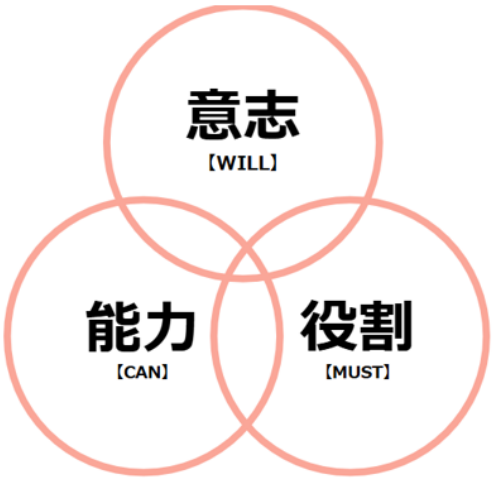
◆ポートフォリオの該当記入箇所




キャリアデザイン
自分のキャリアは自分で創る
授業⑧キャリアデザインとは？


前回のふりかえり
ライフコースを
実現するために必要なことは？
2

Will-Can-Mustを柱に



バランスをとりながら
全体的なキャリア発達
をうながし
キャリアを形成する

3

本授業で考えること

“キャリア”を“デザイン”する

4

本授業で考えること

“デザイン”と聞いて

何を思い浮かべますか？

5

キャリアデザイン

自分の生き方や働き方の**設計**

出典：厚生労働省:https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/zaitaku/dl/100728-2_14.pdf

6

「設計」に関わるポイント



出典：厚生労働省:https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/zaitaku/dl/100728-2_14.pdf

7

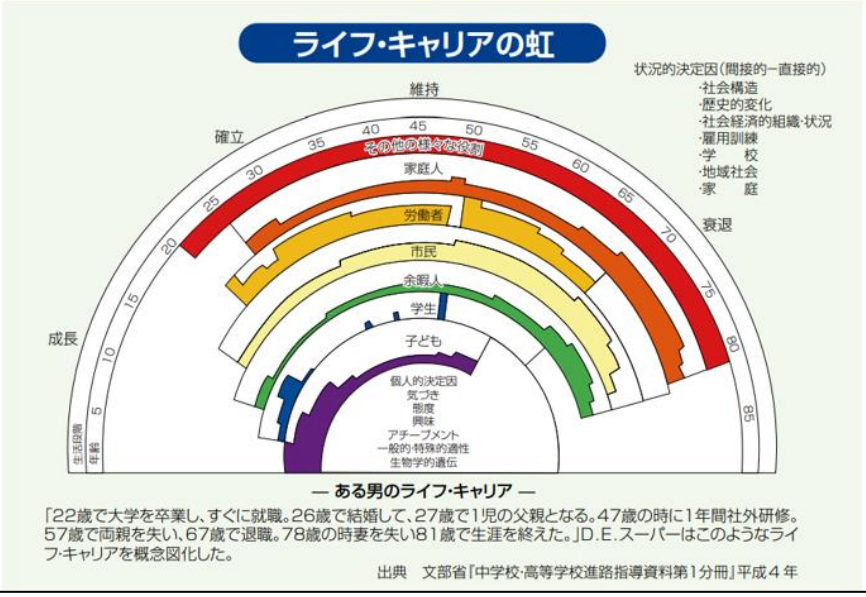
キャリアレインボー

☛キャリアレインボーについて調べてみよう

- キャリアレインボーについて検索しよう。
- 「レインボー」の意味について考えよう。
- ペア／グループで共有しよう。

8

キャリアレインボー



— 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

9

学びをふりかえる

キャリアをデザインするときに

「タテ（時間）」「ヨコ（人とのかかわり）」の

「役割（ロール）の変化」が影響する

10

◆ポートフォリオの該当記入箇所



◆キャリア発達とキャリアレインボー

文部科学省　2023 中学校・高等学校キャリア教育の手引き

第一章　キャリア教育とは何か　26 ページ

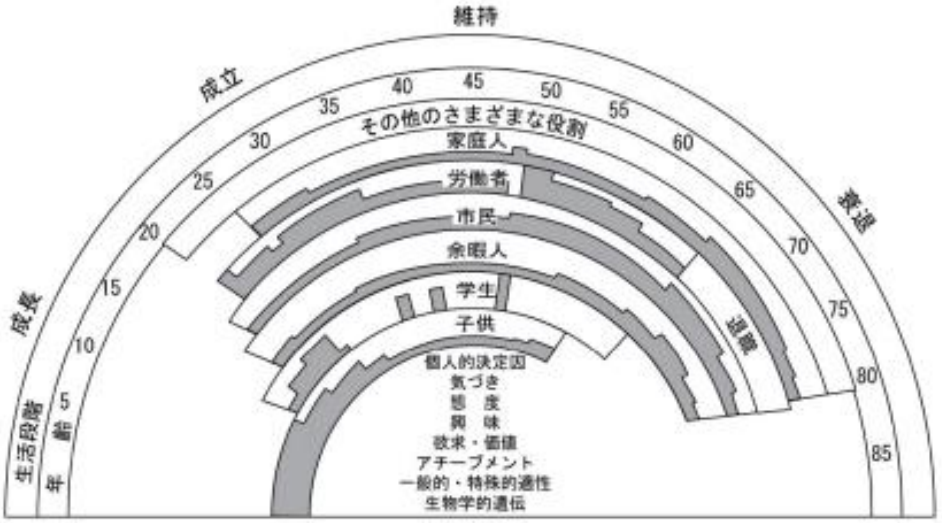
https://www.mext.go.jp/content/20230606-mxt_jidou01-000030273_001.pdf

コラム

「キャリア発達」についてもう少し詳しく……

人は誕生から乳幼児期，青年期，成人期，そして老年期を通して，その時期にふさわしい適応能力，つまり自分をとりまく環境（例えば，身近な人や所属する集団など）に応じて自分の行動や考え方を変容させたり，環境に働きかけてよりよい状態を形成する能力を身に付けていきます。その中で，社会との相互関係を保ちつつ自分らしい生き方を展望し，実現していく過程がキャリア発達です。社会との相互関係を保つとは，言い換えれば，社会における自己の立場に応じた役割を果たすということです。人は生涯の中で，様々な役割をすべておなじように果たすのではなく，その時々の自分にとっての重要性や意味に応じて，それらの役割を果たしていこうとします。それが「自分らしい生き方」です。また，社会における自己の立場に応じた役割を果たすことを通して「自分と働くこと」との関係付けや「価値観」が形成されます。D.E. スーパーは，この過程を生涯における役割（ライフ・ロール）の分化と統合の過程として示しています。

ライフ・キャリアの虹



「自分に期待される複数の役割を統合して自分らしい生き方を展望し実現していく」ということを，上図の「ライフ・キャリアの虹」に即して見ていくとどうなるでしょうか。図を見ると，例えば 15 歳の時点での役割は「子供」と「学生」と「余暇人」です（それ以外の役割もあり得ます）が，重要なのは，その「子供」，「学生」，「余暇人」の内容です。「子供」として期待される役割の内容，「学生」として期待される内容，「余暇人」としての遊びや趣味の活動，それらにいかに取り組んできたのか。それを通して自分らしさがいかに認識され，それに基づいて将来の役割（連絡）をいかに選択し，取り組んでいこうとするのかが，この時点でのキャリア発達の姿です。つまり，この時点でいかなる「キャリア」が形成され，いかなるキャリアが展望されているかが捉えられるのです。このようなキャリア発達の課題を達成していくためには，社会認識と自己認識を結合させて自己を方向付けることが必要です。

授業９　地域の課題解決人材としての公務員のキャリアを考える

授業の目的
公務員の働き方・仕事の内容にフォーカスし、その「タテ」「ヨコ」の広がりを意識する
シラバス（全体）との関連
実際に公務員としてキャリアを設計していくために必要な視点を獲得する
授業の中心となる問い
公務員としてのキャリア（人生）をデザインするとはどういうことだろう？
使用ツール
ポートフォリオ

	講義内容	進行ポイント
導入	● これまでの授業をふりかえる	➢ 公務員としてのキャリアデザインにフォーカスを置くことを伝える
展開	● 公務員ならではのキャリアデザインの視点を提示する ● インタビューに協力していただいた先輩のインタビュー動画の後編を見る	➢ 公務員ならではのキャリアの中でも、特に職種が変わる、といった特性フォーカスする 先輩のインタビューには以下の要素を含むよう 調整をしておく： ・公務員ならではのキャリアの面白さ、難しさ ・キャリアレインボーを踏まえて 公務員として働きながら、部署や、所属先が変わるなど、多様にキャリアが変化する（レインボー）
まとめ	● ポートフォリオに記入　※適宜 ● ひとことふりかえり（Form） ● 次回の予告	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業 10　地域課題を考える①

授業 11　地域課題を考える②

以下の内容を 2 時間（2 コマ）かけて進行する想定

授業の目的		
●地域との関わり地域のなかでキャリアをデザインしていくことについて考える ●協働的な学びの実践		
シラバス（全体）との関連		
公務員のキャリアと切り離せない地域との関わりについて意識する		
授業の中心となる問い		
自分が関わる地域には、どんな課題があるのだろうか？		
使用ツール		
リサーチに使うパソコン ポートフォリオ		
	講義内容	**進行ポイント**
導入	● これまでの授業をふりかえる ● ここから「公務員のキャリアデザイン」の実践に向け、地域に目を向ける	
展開 1	● 地域に関連する課題いくつか提示する ● 提示された情報をもとに、自身が関心のある分野を付せんに書き出す ● 【グループ】付せんを整理する 【全体】付せんで整理した内容を共有	➢ 問題だけでなく、地域の特長や地域に暮らす人たちの特長にかかわることで、学生が関心を持てる（自分との接点）部分があればよい ➢ 教員自身も地域について多角的に調べておく ➢ 教員自身も関心を持内容について学生と共有するとよい

	【個人】整理した内容について自分がより詳しく学びたい課題を選択肢、Web リサーチする	
展開2	● 【グループ】リサーチした結果を共有する	➢ より多くの視点を得られるように工夫する ➢ グループは、就職先や関心のあるテーマでシャッフルしたり、組み直してもよい
まとめ	● ポートフォリオに記入 ● ひとことふりかえり（Form） ● 次回の予告	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



◆地域課題のリサーチのポイント

地域課題を捉える視点を育てるためには、質的・量的両面からのリサーチが重要である。

質的なリサーチを重視する場合、家族や住民等のヒアリング、アンケート調査を踏まえ、ステークホルダーのリアルな声から地域を深堀りすることは、公務員としての意識醸成の面からも有効である。

一方、データ分析を行う場合は、公的なデータを参照することが望ましいが、ローデータの場合、学生にとって分析の視点を持つことが難しいケースも多い。

その場合に有効なのが、RESAS（リーサス）地域経済分析システム　である。

初等中等教育の現場では探究活動のツールとして使用されているが、本カリキュラムにおいては、Web 検索だけで掴めない地域に関するリアルなデータについて、すでにカテゴリごとに分析された情報が、ビジュアルでも見やすく提供されるよさがある。

例えば、自身の進路や関心のある領域に関連するデータを、自分の地域を選択して確認するところからリサーチ活動をスタートする方法も推奨される。

https://resas.go.jp/



授業 12　自分のキャリアデザイン①

授業 13　自分のキャリアデザイン②

以下の内容を 2 時間（2 コマ）かけて進行する想定

授業の目的		
自分自身のキャリアを具体的にイメージし、可視化する 協働的な学びの実践		
シラバス（全体）との関連		
ここまでの学びを統合し、現時点での暫定的なキャリアデザインを実践する		
授業の中心となる問い		
自分のキャリアには、どんな可能性があるだろうか？		
使用ツール		
ポートフォリオ		
	講義内容	**進行ポイント**
導入	● これまで学んできたことを洗い出し、全体でふりかえる ● エキシビションに向けて、ポートフォリオを完成させるというゴールを示す	
展開 1	● ポートフォリオの 4 つの□と、ライフコースについて、追記したいことがある場合はまず追記し、学んだことを可視化できるようにする	➢ 各自で進めながら、書きぶりが良い学生に声がけし、全体に書き方を共有できるとよい ➢ 教員自身もポートフォリオを完成させるなど、一緒に取り組んでみてもよい
展開 2	● 【グループ】ポートフォリオを共有する ● 【個人】他者から得たヒントを踏まえ、ポートフォリオをブラッシュアップする	➢ エキシビションに向けて（発表を見植えて）学生同士互いに質問し、ポートフォリオを改善できるとよう促す

	中央の「歩みたい人生のイメージ」を書きこみ、ポートフォリオを完成させる ※時間が許す場合、ポートフォリオ以外に、自分のキャリアデザインについて発表する資料を作ってもよい（プレゼンテーションなど）	
まとめ	● ポートフォリオに記入 ● ひとことふりかえり（Form） ● 次回の予告	

◆ポートフォリオの該当記入箇所



授業 14　エキシビション

授業の目的
自分自身のキャリアを具体的にイメージし、表現する 協働的な学びの実践
シラバス（全体）との関連
ここまでの学びを統合し、現時点での暫定的なキャリアデザインを他者に伝える
授業の中心となる問い
他者に伝えることで、自分のキャリアについて何が見えるだろうか？
使用ツール
ポートフォリオ ※そのほかプレゼン資料（任意）

	講義内容	進行ポイント
導入	● エキシビションの進め方を説明する ● 発表の仕方を例示する	➢ 他者の発表を見ることの重要性、そこから自分のポートフォリオをアップデートすることを推奨する
展開	● 【全体】ポートフォリオを発表する ※先輩を招待できる場合は、ここでコメント（総評）をいただけるとよい	➢ 全員がしっかり発表できるよう時間管理を行う
まとめ	● 全体で今回の「キャリアデザイン」のコースをふりかえる ● ひとことふりかえり（Form）	

【先生方】進行のための 5 つのアドバイス

はじめに伝えること

今日は完成したキャリアを見せ合ったり、評価する場ではありません。
それぞれが、自分なりにここまで考えてきたことを持ち寄って、
「こんな描き方もあるんだ」と知り、自分に生かす時間です。
決まっていなくても、迷っていても、そのまま出して問題ありません・

1. **評価の場ではなく「共有の場」だと最初に明言する**
   発表のうまさや将来像の立派さを競う場ではないことを、冒頭で言葉にする。
   「ここまで考えてきたことを、持ち寄る時間」だと位置づける。

2. **時間と形式は均一にしすぎない**
   一人あたりの発表時間は目安に留め、話し足りない／短く終わることを許容する。
   キャリアの描き方に“個人差”があることを、そのまま場に反映させる。

3. **教員はコメント役ではなく、翻訳者・整理役に徹する**
   「良い・悪い」の講評をしない。
   学生の言葉から共通点を拾って全体に返す役割を担う。

4. **完成度の高い例を“基準”にしない**
   最初に話す学生や、言語化が得意な学生が「正解」にならないよう注意する。
   迷いや未完成さが見える発表も、等しく価値があることを扱う。

5. **最後は“次につながる問い”で締める**
   まとめは結論づけない。
   「これから先、どんな場面で今日のポートフォリオを見返しそうか」など、未来に開いた問いで終える。

【学生】発表のための５つのアドバイス

1. **きれいにまとめなくていい**
   このポートフォリオは「今の自分の途中経過」。
   未完成なところや、まだ決めきれていない部分があっても問題ない。

2. **正解や理想像を話そうとしなくていい**

立派な将来像より、
「何に迷っているか」「何が引っかかっているか」の方が、聞く人のヒントになる。

3. **全部を説明しなくていい**

1 枚のポートフォリオの中から、
「今日いちばん話したいところ」を一つ選べば十分。

4. **他の人と比べなくていい**

考えるスピードも、具体さも、人それぞれ。
自分の言葉で話せていれば、それがこのエキシビションのゴール。

5. **聞く側の時間も大切にする**

発表するときも、聞くときも学びは同じ。
「自分だったらどう感じるか」を考えながら聞くと、ポートフォリオは更新されていく。

授業 15　レポート作成

授業の目的
個人の学びをふりかえる
シラバス（全体）との関連
ここまでの授業は、インプットしたことをアウトプット（言語化する）ことを重視してきたが、この授業においては 今回のコースで自分が学んだことをメタ的にふりかえり、個人が学習の価値づけを行う時間とする
授業の中心となる問い
本コースで、自分は何を学んだのか？
使用ツール
レポート　※各学校使用しているフォーマットでよい。デジタル推奨。400 字以上は必須。

	講義内容	進行ポイント
導入	● レポートの目的とフォーマットを提示する	● レポートは評価対象であることをリマインドする ● 各学校・コースで評価上重視すること、要件などがあれば明確に提示する
展開	● レポートの書き方を説明する ● 個人でこれまでの学びをふりかえりレポートに書く ● 【グループ】輪読する	● レポート作成の学習でもあるため、レポートの構成、プロンプト（話型）等も、学生のリテラシーやニーズに応じ提示する ● 含めるべきキーワードなどもあれば提示する
まとめ	● 次回の予告	➢ 書き終えられなかった学生、修正し提出したい学生に対し明確に期限を区切る

◆レポートフォーマット（案）

キャリアデザイン　最終レポート			
コース名		氏名	
❶→自分の言葉で「キャリアデザイン」を説明してください。授業の内容も踏まえて書きましょう （字数問わず）			
❷→「キャリアデザイン」において、大切なことは何だと思いますか。授業の内容も踏まえて書きましょう （字数問わず）			
❸→今回のコースで学んだことで自分にとって一番学びだったこと、心に残ったことは何ですか？ （字数問わず）			
❹→　現時点で、わたしが描く、わたしのキャリアのイメージと、それをどう実現していくか <レポートの要件> 　・600字程度でまとめること 　・あなたのことを知らない人にも、あなたのキャリアのイメージを簡潔に伝えるつもりで構成すること 　・「できるかできないか」は問わないので、あなたが「こうありたい」と描くことで構成すること 　・「キャリアデザイン」の観点で、イメージだけでなく、その実現のため、これからどんなことに取り組みたいか、どんなこと が必要だと思うか、ライフプラン、などを組み込むこと			

※書きこんだ文章を選択し、ドキュメントの下部を見ると「文字カウント」が確認できます

最後に－実際のキャリアへブリッジをかけるメッセージ

本カリキュラムは、1 年次のキャリアオーナーシップの学びを実際のキャリア開発につなぐとともに、実際の進路とリンクさせ、実際に社会に出てからの自己実現につなぐことを目的にとして設計されている。

そのため、教師は以下のような点に留意し、学生に向け、メッセージを伝えることが望ましい。

1.「キャリアデザインは、完成させるものではない」

キャリアデザインの授業を終えると、
学生はどうしても

- これで十分だろうか
- まだ曖昧なままではいけないのではないか

と感じがちになる。

教師はまず、

キャリアデザインは「今の時点で一度描いてみるもの」
完成図ではなく、更新前提の設計図である

という位置づけを明確にする。

特に公務員という職業では、

- 異動
- 組織改編
- 社会状況の変化

による、「自身の選択以外の外的要因による影響」が避けられないからこそ、
固定した計画を完成することよりも、**描き直せる力の方が重要**だと伝える。

2. オーナーシップからデザインへ、そして「実践」へ

キャリアオーナーシップで

- 自分自身を見つめ、自分のキャリアを自ら引き受ける姿勢
  をつくり、

キャリアデザインで

- キャリア≒生活を時間軸、他者との関わりという立体的な全体構造の理解
  を学んだ。

最終回では、

これからは「考えたことを、現場で、（学生自身が）どう使うか」の段階に入ることを伝える。

公務員の現場は、

- 教科書どおりに進まない
- 想定外が起きる
- 正解が一つでない

だからこそ、
この授業で描いたキャリアのイメージは
固執し守るものではなく、現場で問い直すための軸だと伝える。

3.「制度の中でも、選び方は残っている」

公務員のキャリアは、

- 異動がある
- 年功序列がある
- 自分だけで決められない部分が大きい

この現実を、きれいごとで包まないことが大切。

キャリアデザインの観点で伝えるべきポイントは

すべてを選べなくても、
どう受け止めるか、どう意味づけるかは、自分で選べるということ。

- この部署で何を学ぶか
- 誰とどう関わるか
- どんな力を身に着けるか

こうした小さな選択の積み重ねが、
結果として「その人らしい公務員キャリア」になることを伝える。

4.「職業＝すべて、ではない」

キャリアデザインでは、
仕事以外の要素（家族・地域・自分の時間）にも触れてきたはずだが、学生にとっては目の前の進路や資格取得などが優先されることは当然である。

だからこそ、最終回では、

社会に出たら、特に、公務員は「仕事だけ」で評価される存在ではない

と伝える。

- 家族のなかでどんな役割を果たすか
- 仲間のなかでどんな存在であるか
- 地域のなかでどう生きるか
- どんな生活を大事にしたいか

これらを考えることは、
その人の生きざまであり、それが職業においても評価につながったり、長く働き続けるヒントになるというメッセージが重要である。

5. 学生に手渡したい、最後の感覚

「立派な将来像より、立ち止まり、客観的に自分を見る力」

最終回の締めとして、教師が大切にしたいのはこの視点。

- 立派な目標を持っていなくてもいい
- 明確な将来像がなくてもいい
- 迷いが消えていなくてもいい

ただし、

立ち止まって考えるための視点

は、すでに身についている、と伝える。

例えば、学生へのメッセージはこのようなイメージ：

「これから先、どんな現場であっても
思っていたのと違う現場に行くこともある

想定外の役割を任されることもある
でも、そのたびに「自分はどうしたいか」を考え直せばいい

委員名簿

実施委員

氏名		所属・職名	役割等
1	浦山　哲郎	学校法人浦山学園	理事長
2	永井　真介	学校法人浦山学園	常務理事
3	浦城　尚武	学校法人浦山学園	校長
4	佐竹　新市	学校法人龍馬学園	理事長
5	中島　慎太郎	学校法人有坂中央学園	理事長
6	大平　康喜	学校法人穴吹学園	専務理事
7	宮岡　良次	学校法人三友学園	理事･事務局長
8	坪内　浩一	学校法人坪内学園	理事長
9	中谷　浩美	学校法人 YIC 学院	専務理事
10	廣瀬　智範	富山県	経営管理部 人事企画室 人材戦略課長
11	森田　貴之	射水市	企画管理部　次長
12	岩本　健嗣	公立大学法人富山県立大学	情報工学部 情報システム工学科　教授
13	吉川　智	一般社団法人富山情報産業協会	専務理事
14	小村　亮	一般社団法人生成 AI 活用普及協会	事務局次長

事業推進委員

氏名		所属・職名	役割等
1	浦城　尚武	富山情報ビジネス専門学校	校長
2	石田　哲也	富山情報ビジネス専門学校	学事部/企画推進部 次長
3	清水　大樹	富山情報ビジネス専門学校	教務部
4	三宅　可倫	富山情報ビジネス専門学校	教務部
5	宮田　和樹	群馬法科ビジネス専門学校	副校長
6	馬場　隆信	専門学校穴吹ビジネスカレッジ	教務部長
7	中川　隆	龍馬情報ビジネス＆フード専門学校	校長
8	武下　浩史	専門学校岡山情報ビジネス学院	公務員/公務員速修学科 学科長
9	石飛　美香	専門学校坪内ビジネスカレッジ	副校長
10	橋口　浩太	YIC 公務員専門学校	教務課係長
11	中瀬　幸子	Avinton ジャパン株式会社	代表取締役
12	島田　勝彰	合同会社ハピオブ	代表社員
13	中本　亮	富山県	知事政策局参事・デジタル化推進室情報システム課長

令和 7 年度「地方やデジタル分野における専修学校理系転換等推進事業」

公務員デジタル人材育成モデル構築事業

キャリアデザイン育成科目　テキスト教材

令和 8 年 2 月発行

学校法人 浦山学園　富山情報ビジネス専門学校

〒939-0341 富山県射水市三ケ 576

TEL：0766-55-1420　FAX：0766-55-0757