

日本大学（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 練習後に時間を設け実施。 2026年1月17日（土）15:00～17:00			
参加者数	日本大学の野球部を対象に実施。 48名			
メイン講師	小川 聡志 氏			
サブ講師 （ワークサポート）	上坂 実 氏 及川 奈穂美 氏 小野 一美 氏	小沼 正春 氏 戸田 祐輝子 氏	中川 香織 氏 長野 宏美 氏	支倉 貴男 氏 三須 亜希子 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

競技活動に励む学生生活の中で、将来のキャリアについて考える機会を作ることを目的として研修を実施。

競技とキャリア、両方の人生での成長で相乗効果を生み出していけることを伝えることで、競技とキャリアは繋がっているということを理解してもらい、競技活動をしながらも、大学生という進路選択が迫る重要な時期に、将来について考える意識を持ってもらうきっかけの場とする。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、競技生活と人としての人生を別々に考えず、互いに良い影響を与え合う相乗効果を意識することの大切さを伝えるとともに、競技で身につく社会人基礎力についても解説することで、競技とキャリアは紐づいているということを知ってもらう講習を行った。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力チェックシート」を用い、自身の強みや課題を可視化する機会を提供。これにより、「チームで目標を達成する力」や「困難に向き合う忍耐力」など、日頃の練習や試合を通じて無意識に培ってきた能力を、社会で求められる力として認識するきっかけとなった。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップ作成	選手一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

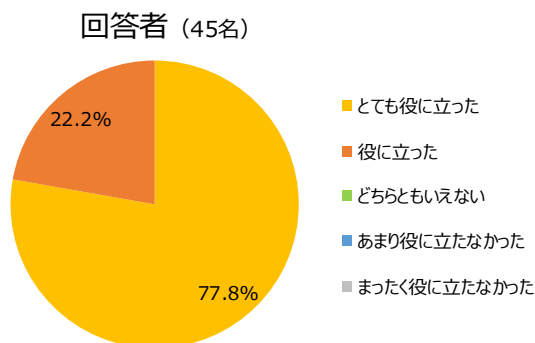
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

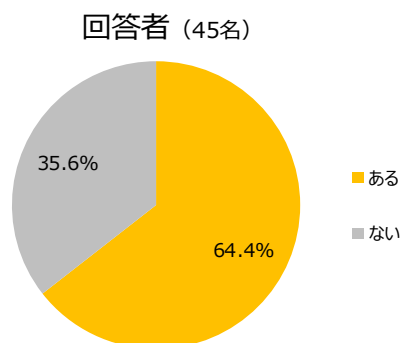
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 将来のことについての考えがより明確になり、やりたいことなどをさらに知ろうと思うきっかけになりました。自分は野球というより企業に就職したので、さらに色々なジャンルを知りたい。
- ② 役に立った
 - 自分の将来や自分自身についてあまり考えたことがなかったが、自分の強みや自分が改めて何がやりたいのかをしっかりと考える良い機会になったから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- ロードマップを作成したのでロードマップに沿って大学生活を送りたい。
- 親和力が競技以外だと低かったので笑顔でいることと、目を合わせることを意識したい。
- 定期的に社会人基礎力のセルフチェックをやりたい。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 就活の仕組みや、どのような手順で資格を取るのか等をもっと知りたいと思った。
- 自分はどのような仕事が向いているのか、野球の経験がどのように活かされるのかを知りたい。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 定期的な面談。
- 定期的にキャリアについて考える時間を設けること。
- 希望している職業、職種の人と会話できる機会。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 自分の目標からの逆算をした時に案外時間がないことに気づいた。自分を見直すいい機会になりました。
- 競技と競技以外のギャップについての項目が自分でも面白く、これからの身になった。

レジックスポーツ（体操）

実施日程	前年度に引き続き、研修開催のご要望をいただき実施。 2026年1月17日（土）17:30～19:00
参加者数	ジュニア選手を対象に実施。 34名（中学生:25名／高校生:9名）
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 （ワークサポート）	河合 詠子 氏 三角 香 氏

▶ 研修概要

団体の実施目的

前年度に引き続き、ジュニア期からの計画的なキャリア形成に関する取り組みを継続・発展させていくことを目的とし、研修を実施。

レジックスポーツでは、過去3年間にわたり「ジュニアモデル」として、競技力向上を目指す年代の選手に対しキャリア学習の機会を提供。アスリートとしての成績向上のみならず、将来を見据えたキャリア形成の視点を育むことで、競技レベルの向上とキャリアの選択肢拡大を両立させ、将来のロードマップをより具体的かつスムーズに描ける状態を目指し、常日頃から取り組みを行っている。

また、本モデルの検証の一環として、PROGテストの結果と実際の競技成績・成果等をデータとして蓄積・分析し、キャリア形成と競技成果の関連性を可視化する取り組みも並行して実施。

本取り組みは今年で4年目となり、当時高校3年時に初めて本プログラムを受講した選手が大学4年生を迎える節目の時期となる。今年度から来年度にかけては、ジュニア期から継続してきたキャリア形成支援の成果が具体的な進路選択や競技継続状況として表れる重要なタイミングである。

ジュニア期においてキャリア形成を学ぶ機会を設けたことにより、将来への見通しを持ちながら競技に取り組む選手が増え、大会にてクラブを越えて円陣を組む積極的なコミュニケーション能力の向上や、多くの選手が一昨年度と同じ大会で点数が向上する等、競技者として、人としての成長が見られている。こうした成果を踏まえ、本年度も継続的に研修を実施し、取り組みの深化および効果検証を図っていきたい。

II. 委託業務に係る成果報告

実施内容

<p>① 講師による講義</p>	<p>「デュアルキャリア」をテーマに、競技生活と人生を切り離して考えるのではなく、互いに良い影響を与え合う相乗効果を意識することの大切さを伝えた。</p> <p>また、日々の競技経験の中で培われる社会人基礎力にも触れ、競技での学びや挑戦が将来のキャリア形成に繋がっていることを理解してもらう講習を行った。</p>
<p>② 自己理解ワーク</p>	<p>「学びみらい PASS」「みらい PASS ジュニア」の個人報告書を活用し、結果をもとに自身の強み・弱みと向き合ってもらうとともに、1日の時間の使い方を見直し、時間の有効活用について考えてもらった。</p> <p>また、この1年間で競技・競技以外の両面において伸びた力やできるようになったことを振り返り、改めて自分自身と向き合う時間とした。</p> <p>また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。</p>
<p>③ アクションプランの作成</p>	<p>操競技における目標と人生全体の目標を、引退まで、そして3年後・5年後といった時間軸に沿って整理し、自身の将来と向き合うワークを行った。</p> <p>あわせて、アスリートとして達成したい目標を整理し、その実現に向けて今から取り組める具体的な行動を考えてもらった。目標を言葉にすることで、「今の自分にできること」と向き合う時間となった。</p>

II. 委託業務に係る成果報告

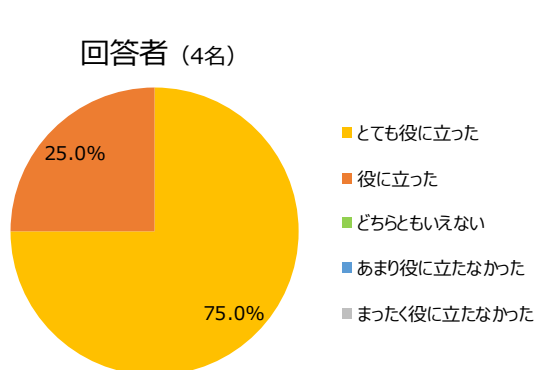
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

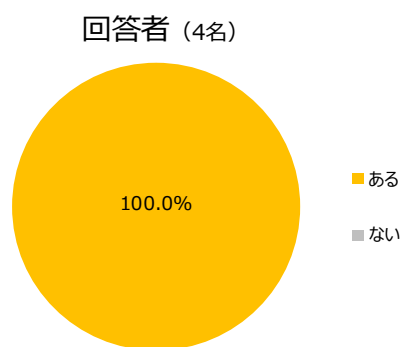
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 資料があったので自分に足りないところを伸ばす方法やどんなことをすればいいのかが具体的にわかったから。体操競技をやっていることがどんな将来にも活かすことができることを実感できたから。
- ② 役に立った
 - 自分のコンピテンシーの中で高い力と少し低い力を比べて、自分の強みやもっと高められる力を見つけることができたから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 今回のテストで低かった結果をどうしたら上げることができるのか冊子に書いてあったことをやってみたい。
- 課題発見力をつけるために、視野を広くしていろんな角度から物事を見るようにする。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 自分にあった職業探しの方法。
- 一流のアスリートに読書家が多いことを知れたため、他にも一流アスリートにはどんな傾向があるのかを知りたい。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 将来の相談。
- 毎年今回みたいなテストをしてグラフ化してほしい。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 自分の伸びた力や劣っている力を見つけるだけでなく、なぜそれが伸びたのか、なぜそれが劣っているのかというところまで考える時間があって、自分のいつもの行動などと結びつけて考えることができたのですごくいい時間でした。
- グループ内で話し合ったり発表したりとグループワークが多くて良かった。

日本パラカヌー連盟（パラカヌー）

実施日程	日本パラカヌー連盟より研修開催のご要望をいただき実施。 2026年1月20日（火）19:30～21:30
参加者数	社会人アスリートを対象にオンラインにて実施。 5名
メイン講師	川島 隆一 氏

▶ 研修概要

団体の実施目的


これまで、キャリア形成に関する取り組みが十分に行われていなかったことから、本研修を通じて、キャリアに関する基本的な知識や考え方を選手に知ってもらい、将来に向けた視野を広げるきっかけとしたい。

また、すでにアスリート雇用として働いている選手にとっても、競技と仕事を両立する中で自身の働き方や今後のキャリアについて改めて見つめ直してもらおう機会としたい。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、競技生活と人生を別々のものとして捉えるのではなく、互いに良い影響を与え合う関係であること伝えた。あわせて、日々の競技活動の中で培われた情報収集力や課題解決力などの社会人基礎力についても解説し、競技経験とキャリア形成は繋がっていることを理解してもらった講習を行った。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力チェックシート」を用い、自身の強みや課題を可視化する機会を提供。これにより、「チームで目標を達成する力」や「困難に向き合う忍耐力」など、日頃の練習や試合を通じて無意識に培ってきた能力を、社会で求められる力として認識するきっかけとなった。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	「実現したい自分の理想の姿」を考えるグループワークを実施。選手一人ひとりが競技者としてだけでなく、一人の人間としてのビジョンを考え目標を定めた上で、その目標の実現に向け、今後どのような行動を起こしていくかを明確にし、皆で共有し合う時間となった。


研修の様子


ウォーミングアップ! 

3分

お一人ずつ共有してください。

- ・今の気持ちを天気マークで表すと?
☀ ☁ ☔ 🕒 など
- ・その理由は?



1. デュアルキャリアとは?
～目指したい姿～ 

人としての人生

スポーツで得たものを活かした自分らしい、納得のいく人生

年齢 5 10 15 20 25 30 35 40 45 50 55 60 65...

「デュアルキャリア」(二つの人生)

社会人

一線を退いた後の、様々な職業、社会生活

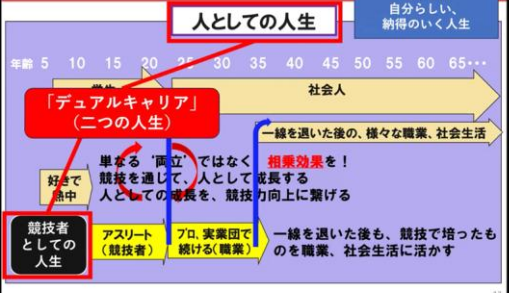

単なる「両立」ではなく、**相乗効果!**
競技を通して、人として成長する
人としての専長を、競技力向上に繋げる

好きで 集中

競技者としての人生

アスリート(競技者) プロ、実業団で続ける(職業)

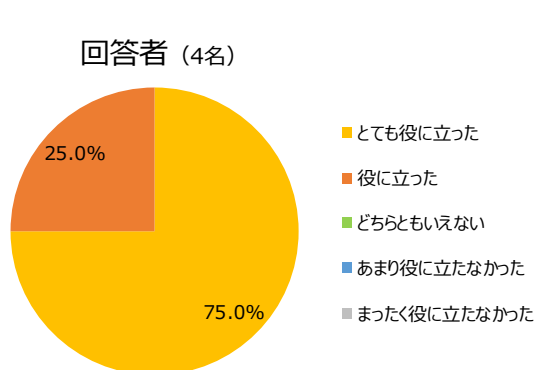
一線を退いた後も、競技で培ったものを職業、社会生活に活かす

II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

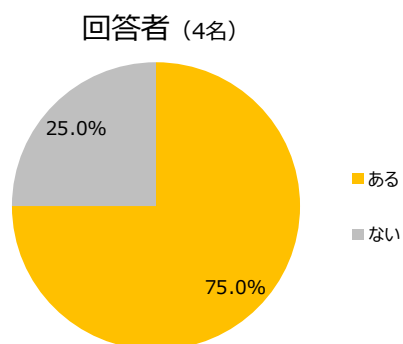
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価+自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 自分をより客観視できた。
 - コンピテンシーが低いということに気付けたから。
- ② 役に立った
 - セルフチェックをすることで、自身の振り返りができた。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価+自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 会社の人と多くのコミュニケーションをとる。自分はコミュニケーション能力が低いし、会社の業務について知らないことも分からないことも多い。自分磨きのためにも逃げずに向き合っていきたい。
- 私生活から目的のある行動を心がける。
- すぐに諦めずに続けてみようと思う。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 資格取得。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 定期的な研修。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 強く指導されるわけでもなく、自分と向き合う時間を頂けたし、他の選手の考えていることを少し知る機会にもなり、良かったと思います。
- 人の意見を聞く事は自身にとっていい事で参考になりました。
- 自身のレベルチェックをすることで振り返りができてよかった。

国土館大学（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 午前練習と午後練習の合間に実施。 2026年1月25日（日）13:00～14:30
参加者数	国土館大学の野球部を対象に実施。 18名
メイン講師	小川 聡志 氏
サブ講師 （ワークサポート）	及川 奈穂美 氏 玉田 哉子 氏 藤田 順子 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

大学生は、競技活動に加えて学にも取り組む必要があり、日々デュアルキャリアを実践している立場である。一方で、競技を中心とした生活の中で、自身の将来やキャリアと向き合う機会は必ずしも多いとは言えない。

本研修を通して、競技と学業の両立という大学生アスリートならではの環境を前向きに捉え、それぞれの経験が相互に良い影響を生み出していくことを意識してもらうとともに、競技生活の中で培っている力や経験を将来のキャリアとどのように結び付けていくかを考えもらうためのきっかけとする。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、競技者としての人生と人としての人生を両立するだけでなく、双方を成長に繋げていく相乗効果を意識することの重要性を伝えた。また、日々の練習や試合を通じて培われる「考える力」や「行動する力」は社会でも通用する力であることを解説し、競技で磨いた力は生活や学業にも活かせるということを理解してもらった。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力チェックシート」を用い、現在の自分にどのような社会人基礎力が身についているのかを、競技面・競技以外の両面からセルフチェックに取り組んでももらった。2つの結果を見比べながら、競技で培った力がどのように伸びてきたのか、またその力を競技以外の場面でも活かしているのかを、日頃の行動を振り返りながら考えるワークを行った。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	選手一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

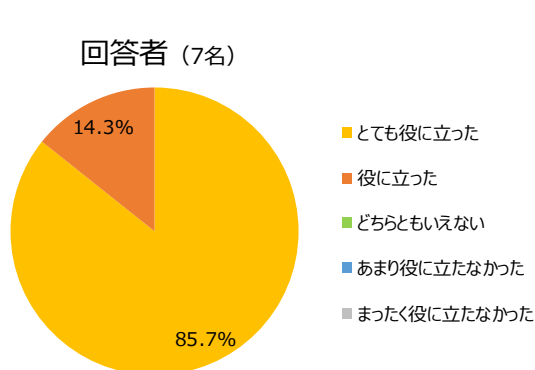
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

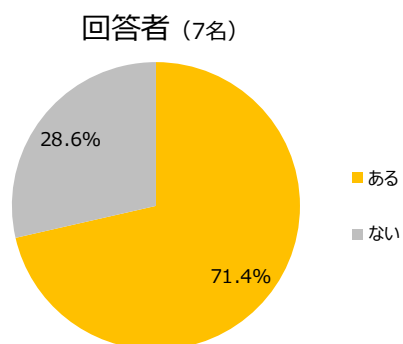
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 自分をよく知れた。
 - 講義を受けて、自分の将来についてよく考えようと思ったから
 - 具体性を持って考えることは少なかったなので、良い機会になりました。
- ② 役に立った
 - 自分の現状を知る事ができた

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？
（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 野球だけでなく、普段のことでも見通しを持って書き出すこと。
- 行動力をあげるために自分で決めたことはやり切る。
- コミュニケーションを多く取ろうと思った。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 起業について。
- 競技経験を社会で活かす方法。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 面談。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- ワークシートのような形式で書けば、頭に残るし紙としても残るので、自分でも作ってみようと思いました。
- デュアルキャリアについて詳しく知れて関心が高まった。

専門学校アップルスポーツカレッジ (バスケット)

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 授業の一環として実施。 2026年1月29日(木) 10:00~12:00
参加者数	バスケットボールのプレイヤーコース及び、ビジネスコースの学生を対象に実施。 27名
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 (ワークサポート)	提箸 宏 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

キャリアは引退後に考えるものではなく、競技に取り組んでいる今から考えていくことが、現在ではスタンダードであることを学生たちに知ってもらいたい。

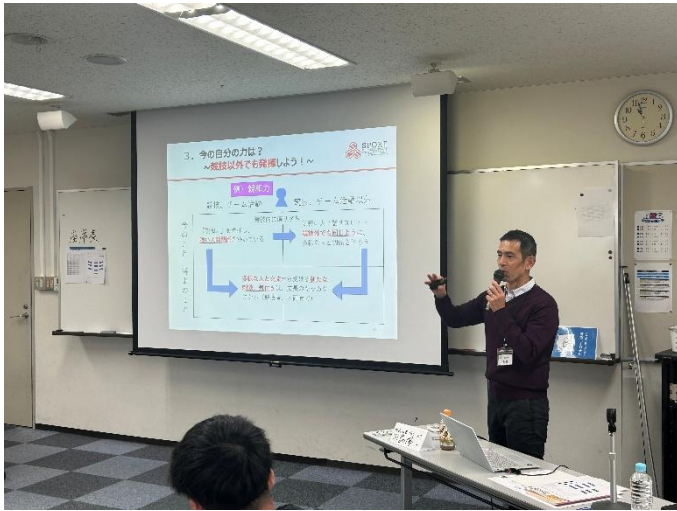
学生に普段からデュアルキャリアについて伝えてはいるものの、日々の競技や目の前のやりたいことに意識が向きやすいという現状がある。そのため、将来を見据えた事前準備の重要性を改めて理解してもらい、主体的にキャリア形成に向き合ってもらうためのきっかけの場としたい。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、選手としての自分とそれ以外の自分を切り離さず、双方が良い影響を与え合う相乗効果を意識することの大切さを伝えた。 その上で、スポーツを通じて培われる忍耐力や分析力、役割を果たす力等は、競技だけでなく社会でも活かせる力であることを解説し、競技経験が将来にも繋がっていることを理解してもらうための講義を行った。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を活用し、自身の強みやこれまで力を発揮してきた場面を振り返るワークを行った。さらに、仲間からの意見や視点を通して新たな気づきを得てもらうために、グループワークで結果を共有し合ってもらった。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	学生一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

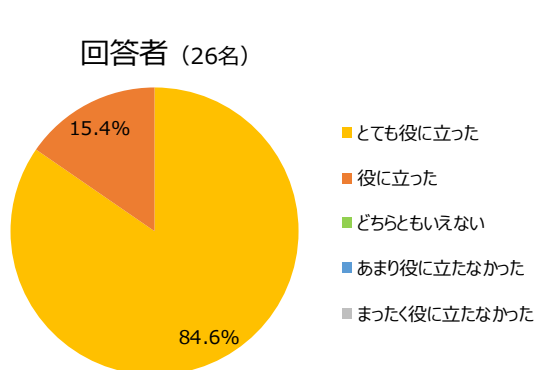
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

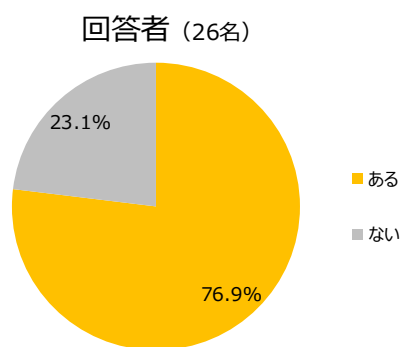
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 来年から卒業年次になり、就職活動していく中で、自分を見つめ直すことができたから。
 - セルフチェックで自分の強み弱みを知れてよかった。
- ② 役に立った
 - 普段聞けない話を聞けたから考え方が変わった。
 - 今まで考えたことのない視点から物事を考えることが出来たから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 実際に働いている人から話を聞く。
- コミュニケーションを活発に取り人脈を広げていくこと。
- ロードマップに書いたことを少しでも実践しようと思った。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 資格取得について。
- 就職してからどのように自分の力を発揮していけるか。
- 就活の方法。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 就職活動のサポート。
- スポーツ系の企業、会社をもっと紹介してほしい。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- ロードマップでこれから卒業まで自分がしなくてはいけないことをはっきりさせることができた。
- 社会人基礎力など自分を客観的に見つめる時間となり、とても有意義な時間でした。
- 競技とプライベートで分けて考える部分が多かったけれど意外にも繋がりが深いという事。

大阪体育大学浪商高等学校（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 練習前に時間を設け実施。 2026年2月1日（日）10:00～12:00
参加者数	大阪体育大学浪商高等学校の野球部を対象に実施。 61名
メイン講師	小川 聡志 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

学生の多くは、将来の職業を見据えて大学や専門学校への進学を目指しているが、その一方で、目標に向けて「今、何をすべきか」が明確でない学生も少なくない。そのため、本研修を通じて競技での経験や日々の取り組みが将来に繋がっていることを知ってもらい、将来について考えてもらうきっかけの場にした。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、選手としての自分とそれ以外の自分を切り離さず、双方が良い影響を与え合う相乗効果を意識することの大切さを伝えた。 その上で、スポーツを通じて培われる忍耐力や分析力、役割を果たす力等は、競技だけでなく社会でも活かせる力であることを解説し、競技経験が将来にも繋がっていることを理解してもらうための講義を行った。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を活用し、自身の強みやこれまで力を発揮してきた場面を振り返るワークを行った。さらに、仲間からの意見や視点を通して新たな気づきを得てもらうために、グループワークで結果を共有し合ってもらった。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	「実現したい自分の理想の姿」を考えるグループワークを実施。選手一人ひとりが競技者としてだけでなく、一人の人間としてのビジョンを考え目標を定めた上で、その目標の実現に向け、今後どのような行動を起こしていくかを明確にし、皆で共有し合う時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

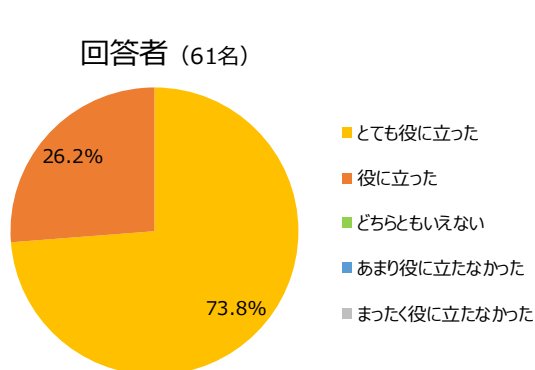
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

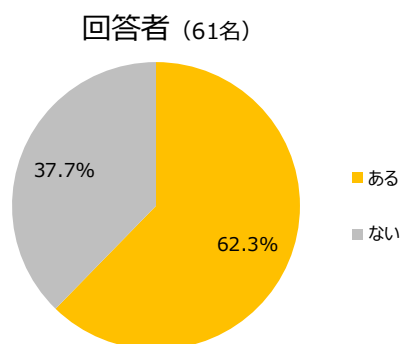
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 今ちょうど自分のキャリアについて調べたり実際に行ってみたりして考えているところだったのでそれにプラスになったと思ったからです。
- ② 役に立った
 - 自分が目指しているものを書いて明確にすることでその目標を達成するまでのプロセスを築きやすくなったと思いました。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 実際に目指しているキャリアと似たキャリアを歩んでいる人の話を聞く。
- トップレベルになるために、自分で工夫して、自立することも大切だと思いました。
- 野球部の仲間以外の人たちと将来について語る。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 競技経験を活かした仕事を見つける方法。
- 野球をしていた人が就いている職業について。
- 自分の将来の夢について知識（資格取得など）。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- チームのOBの方の進路について。
- 今日のような研修を定期的で開催する。
- 進路についての面談

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 競技で役に立つ分野を色々な種類がある中で、自分は何が得意で何が不得意なのかをはっきりと知ることができて、どれをどのように活かせるか、どう育てていけばいいかをよく考えることができた。
- 将来の夢を本気で考えられたし、色々な人の意見も聞けてより前向きになりました。

新関東大学準硬式野球連盟（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 連盟主催の会合終了後に実施。 2026年2月1日（日）15:30～17:00
参加者数	連盟に加盟している大学の野球部主将・副主将を対象に実施。 34名
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 (ワークサポート)	隠岐 麻里奈 氏 西脇 奈保子 氏 藤田 順子 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

将来への不安から、早期に部活動を離れてしまうケースを減らしたいという思いがあり研修を実施。デュアルキャリアの考え方を伝え、競技経験が将来のキャリア形成にも活かされることを理解してもらうことで、「競技を続けることが自分の将来に繋がる」という実感を持ってもらうとともに、競技と将来を対立させるのではなく、両立し相乗効果を生み出していくという視点を持ってもらうきっかけの場としたい。

実施内容

① 講師による講義	競技を通じて身につく力には、専門的なテクニカルスキルだけでなく、社会でも活かせるポータブルスキル（社会人基礎力）があることを解説。目標達成力や課題解決力、コミュニケーション力等は日々の競技の中で培われていることを伝えた。 あわせて、競技と学校生活を両立する「デュアルキャリア」はアスリートの強みであり、双方を結びつけることで成長の相乗効果が生まれることを伝えた。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を活用し、自身の強みやこれまで力を発揮してきた場面を振り返るワークを行った。さらに、仲間からの意見や視点を通して新たな気づきを得てもらうために、グループワークで結果を共有し合ってもらった。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	「実現したい自分の理想の姿」を考えるグループワークを実施。選手一人ひとりが競技者としてだけでなく、一人の人間としてのビジョンを考え目標を定めた上で、その目標の実現に向け、今後どのような行動を起こしていくかを明確にし、皆で共有し合う時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

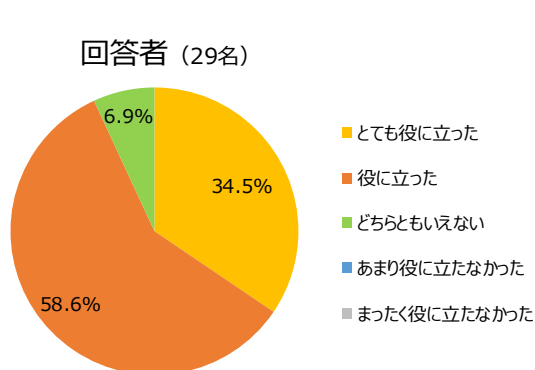
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

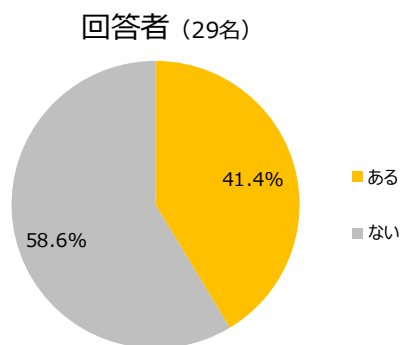
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - ワークシートで自分のことを振り返ることで、自分に必要な事を確認できたから。
 - 自分について考えるいい機会になった。
- ② 役に立った
 - キャリアについて考え方が凝り固まっていたので、考え直すきっかけになった。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- キャリアについて考え直す。
- 今回セルフチェックで点数が低かった内容を意識しながら、競技や日常生活でこの研修を思い出し、活かしていければと思いました。
- 友人とキャリアについて話す。
- 研究室の先輩などに話を聞く。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 将来知っておいた方がよい事。
- 大学での学びがどれだけ今後生きるのか。
- 資格を用いたデュアルキャリアでの例など。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- この研修をチーム全体でやって欲しいと思いました。
- チーム出身のデュアルキャリア経験者と面談。
- 実際の現場で働いている人の話を聞く機会。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 野球とその他についてのモチベーションの違いを発見することができたこと。
- 自分の理想の姿を想像することで自分の今後が楽しみになった。
- 充実していて、他者と多く関わることができたのがとても楽しく、良い経験ができた。

大阪体育大学（競技混合）

実施日程	大阪体育大学からの希望により、毎年開催しているキャリアフェスタを協働プロジェクトとして実施。 2026年2月4日（水）10:30～15:00			
参加者数	大学1年生を対象に実施。 647名			
ファシリテーター	菊谷 崇 氏 平田 史昭 氏			
登壇者 （パネラー）	有明 葵衣 氏 森下 有梨 氏	竹田 和夫 氏 山本 篤 氏	長野 宏美 氏	藤平 祐司 氏
サブ講師 （ワークサポート）	奥 博史 氏 宮崎 隆子 氏	乾 千嘉子 氏 遠矢 麻美子 氏	杉浦 綾 氏 赤坂 勇樹 氏	大垣 知哉 氏 中井 慶太 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

本研修を通じて、大学のキャリアセンターの積極的な活用や、授業への主体的な参加等、学生の行動変容を促していきたい。

これまで毎年実施してきたキャリアフェスタは、内定を得たOB・OGの講演が中心であったが、「話を聞く場」にとどまりがちであったため、今回はパネルディスカッションに加えてワークを取り入れた構成とするために、初の試みであることから、SCSCの支援を得ながらの実施を希望した。

また、競技中心の学生生活の中ではキャリアについて考える機会が少なく、仕事の選び方がわからない学生も多いという現状があるが、競技を通じて人としても成長できる側面もあるため、その上で競技経験が将来の選択肢に繋がることや、就職先はスポーツ分野に限らないことを伝え、キャリアについて具体的に考えてもらう機会としたい。

II. 委託業務に係る成果報告

実施内容

<パネルディスカッション>

テーマ①：人生について			
<p>本テーマは、学生が自身の人生や将来を考える際に、すでに身の回りにある経験・環境・人とのつながりが「活用できるリソースである」ということに気付いてもらうことを目的とし、学業・競技・進路に悩む中でも、活用できるリソースは既に存在していることをパネラーの経験談や失敗談を交えて共有。</p> <p>人との関わりが成長のきっかけになることや、迷いや失敗も将来に繋がる経験であることを伝えた。本ディスカッションを通じて、学生が自らの環境や経験を前向きに捉え直す機会とした。</p>			
ファシリテーター	菊谷 崇 氏	登壇者（パネラー）	竹田 和夫 氏 藤平 祐司 氏 森下 有梨 氏

テーマ②：競技力とキャリアについて			
<p>本テーマは「デュアル成長（競技力と人としての成長の相乗効果）」をキーワードに、競技に打ち込む経験が将来のキャリア形成にも繋がっていることを理解してもらい、競技と将来を切り離さずに考える視点を持ってもらうことを目的とした。</p> <p>パネラーはいずれも現在競技と仕事を両立している、あるいは競技経験を活かして新たなキャリアを築いている方々であり、自身の経験をもとに、競技で培った力が現在の仕事や人生にどのように生きているかを共有いただいた。</p> <p>学生に「自分も同じような経験をしているかもしれない」と親近感を持ってもらいながら、競技へ取り組むことが将来に繋がっていることを感じてもらう機会とした。</p>			
ファシリテーター	平田 史昭 氏	登壇者（パネラー）	有明 葵衣 氏 長野 宏美 氏 山本 篤 氏

<ワーク>

① 自己理解ワーク	<p>PROG の受験結果を確認しながら、自身の強みやこれまで力を発揮してきた場面を振り返るワークを実施した。現在の自分の強みがどのような経験や取り組みによって培われたのかを整理し、今後さらに伸ばしたい力と、そのための具体的な行動について考える機会とした。</p>
② ロードマップの作成	<p>学生一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、学生たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間とした。</p>

II. 委託業務に係る成果報告

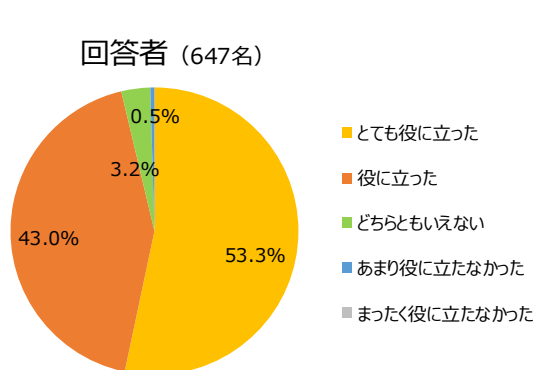
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

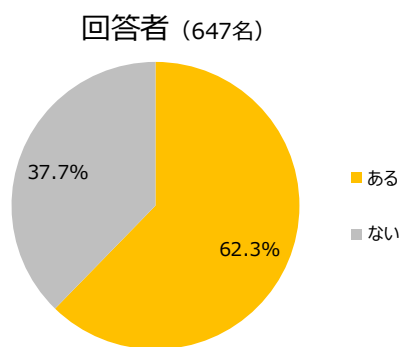
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 新しい出会いだったり、興味がなかったことでも何か小さなきっかけで大きく変化したりすることがわかったから。
 - 実績のある人の言葉やリアルな体験談が心に残る内容だったから。
- ② 役に立った
 - ロードマップでの自分の考えを深めることができ、将来の目標が明確になったから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- キャリア支援センターに行く。
- 未来の計画を可視化して壁に貼る。
- 2026年は月1回を目標にボランティアに参加する。
- 自分にとって居心地の悪い経験に向き合う。
- プレイヤーズノートを作って、自分だけでなく一緒にスポーツする人の特徴なども書くようにする。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 資格の取り方や、経験を社会でより活かす方法などが知りたい。
- インターンシップへ行く方法やルール。
- 2年、3年のうちにやっておくべきこと。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- OB、OGの方と話す機会を作って欲しい。
- 研修や実戦経験を積ませてもらえるようなイベント。
- このようなキャリアフェスタをもっとして欲しいです。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 実際の選手であったり、実績がある方のお話はとても信憑性があり、あらゆる世代の方のお話が聞けてとても良かったです。
- 実力が足りなくても自分よりもレベルの高いところに一度飛び込んでみるのが大事だと思った。

日本体操協会（体操）

実施日程	レジックススポーツ岡崎様からのご紹介で、ジュニアナショナル合宿にて実施。 2026年2月6日（金）9:00～11:00
参加者数	ジュニアナショナル選手を対象に実施。 34名（小学生:14名／中学生:17名／高校生:3名）
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 （ワークサポート）	小野 一美 氏 高木 厚子 氏 田中 智穂 氏 善福 克枝 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

選手に、ジュニア期の早い段階からキャリア形成と向き合う意識を育んでもらうため、本研修を実施。

ジュニアナショナル合宿という将来の日本代表を担う選手が集まる貴重な機会に実施するものであり、競技力向上に専念する時期だからこそ、体操と将来を別々に考えるのではなく、競技経験がこれからの人生にも繋がっていることや、自身のキャリアについて考えることは競技に対する意識と意欲を高めることにも繋がります。結果として競技力の向上にも繋がっていくことを理解してもらうことを目的とする。また、将来を意識しながら日々の練習に取り組んでいってもらうためのきっかけの場としたい。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」の考え方について解説し、競技と人生を単に両立するのではなく、体操を通じた人としての成長が競技力向上にも繋がるという相乗効果の重要性を伝えた。 あわせて、競技活動の中で培われる情報収集力や課題解決力等の社会人基礎力にも触れ、日々の練習で行っている行動が将来にも活かせる力であることを、具体例を交えて紹介した。
② 自己理解ワーク	普段の練習や学校生活を振り返りながら、自分の強みや発揮できている力を整理するワークを行った。また、今後伸ばしていきたい力と、そのために取り組んでいくことを具体的に書き出すことで目標を明確化し、実践へと繋げやすいワーク内容とした。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	「実現したい自分の理想の姿」を考えるグループワークを実施。選手一人ひとりが競技者としてだけでなく、一人の人間としてのビジョンを考え目標を定めた上で、その目標の実現に向け、今後どのような行動を起こしていくかを明確にし、皆で共有し合う時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

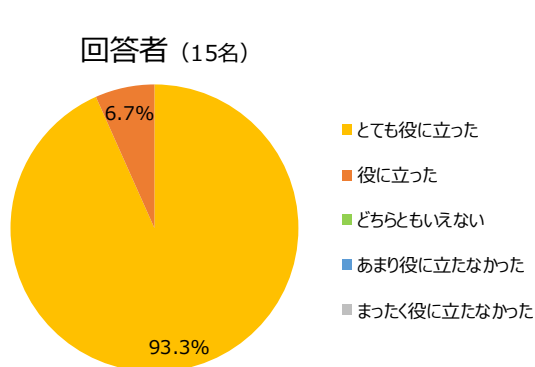
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

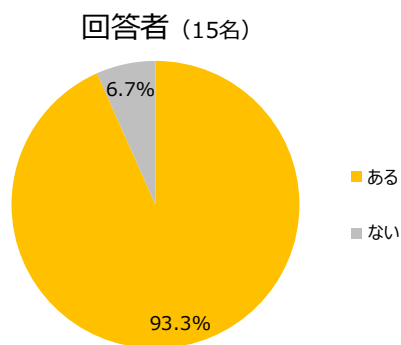
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 選手としての必要なスキル、1人の人間として必要なスキルについて深く考えることができました。そして、これからの人生、人としての人生についてしっかり考える機会になりました。
- ② 役に立った
 - 自分の強みや弱みが知れたから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- どんな時でも自分の感情をコントロールして、前向きな考えを持てるようにする。
- 感覚的に生きてきたが、ハプニングがあった場合に根本の原因を探すのが苦手なので、解決していくべき課題を見つけながら丁寧に向き合っていきたい。
- 自分は課題を見つけること（“見つける”、“追求”の両方）ができないので、これから競技や私生活の面で、まずは自分の課題を見つけられるようにしたいと思いました。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 体操コーチの免許、資格について。
- 将来就きたい職業について、競技の経験を活かした就職活動の方法を知りたい。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- デュアルキャリア経験者との会話。
- 定期的な研修実施。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 目標→改善→計画→実行→評価を意識して取り組みたい。ただ計画するのではなく具体的に計画（数字で明確にする）のも意識してみる。
- 本当に自分のことをよく知れたし、課題の目標などがきちんと分かったので研修を受けて良かったと思います。

姫路獨協大学（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 練習後に時間を設け実施。 2026年2月7日（土）12:30～14:30
参加者数	姫路獨協大学の野球部を対象に実施。 27名
メイン講師	小川 聡志 氏
サブ講師 (ワークサポート)	川地 智之 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

本研修を通して、日頃から伝えている「自ら考える力」の重要性を改めて認識してもらい、自身の課題にどう向き合い、どのような行動を重ねていくのかを主体的に考えてもらう機会としたい。

競技と私生活は切り離されたものではなく、互いに影響し合うものであるという理解を深め、日常生活の過ごし方が競技力向上にも繋がっていくことを理解してもらいたい。

実施内容

① 講師による講義	部活動で培われる主体性や実行力、課題発見・改善力は、社会においても求められる社会人基礎力であることを解説し、日々の振り返りや試行錯誤の積み重ねが将来にも直結する力であることを共有した。 競技とキャリアを切り離さず、競技を続けながら将来を見据える重要性を伝え、早期から意識していくことで不安の軽減と競技力向上の相乗効果が生まれることを伝えた。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を活用し、自身の強みやこれまで力を発揮してきた場面を振り返り、言語化してもらうワークを実施した。 個人ワーク後はグループワークで結果を共有し、仲間の意見や視点を取り入れることで自己理解をより深める機会とした。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	学生一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

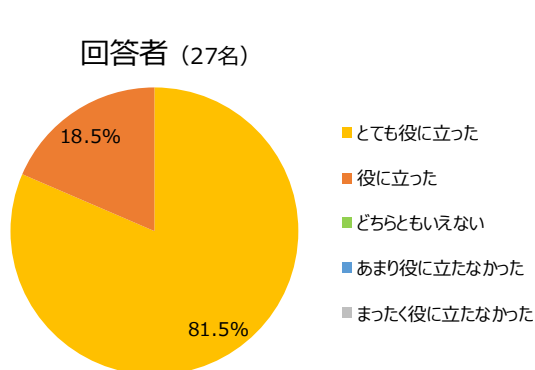
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

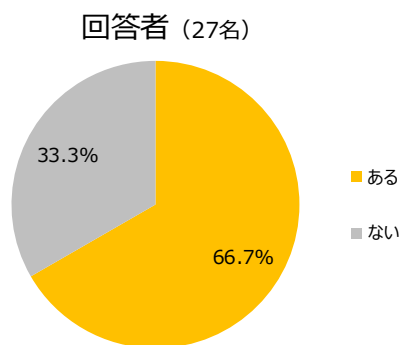
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 今後のキャリアなど将来の構成図を書き表してみると意外と将来が見えてくるんだなと感じました。
- ② 役に立った
 - 野球との両立という考え方で今までやってきていたが、相乗効果という話を聞き心に響いた気がした。また、先のことまで考えたことがなかったため、人生設計をする上で良い機会になったと思う。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 情報収集力を身につけるためにも企業について詳しく調べてみようと思いました。
- 暇があったらキャリアセンターに行く。
- 私のロードマップで将来の理想のために今何をすべきかをより深く考えて将来困らないように今できることをしようと思いました。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 企業面接の際に話すとき刺さる内容を知りたいと思った。
- 自分に合う職業をさがす方法。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- いろんな企業の説明会。
- 先輩方からのアドバイス。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 本日の研修を受けて、自分の強みや弱みを知ることができ、またその解決方法などを知ることができたのでこれからの就職活動や野球に活かしていきたいと思った。
- 今日の講義を受けて改めて目標、実現したいことの確認ができ、それがどうしたら達成できるかのプランも再確認できたし、まだ知らなかった話も聞くことができたので、とてもためになり良かった。

日本アスリート支援協会（相撲）

実施日程	音羽山部屋からの希望により研修実施。 2026年2月11日（水）13:00～15:00
参加者数	音羽山部屋の力士を対象に実施。 8名（10代:4名／20代:4名）
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 （ワークサポート）	春日 将司 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

本研修は、競技に打ち込む日々そのものが人間力の向上に繋がっていることを理解してもらうことを目的として実施。

相撲における競技力の向上だけでなく、一人の人間としての在り方や成長も同時に高めていく視点を持つことの重要性を伝え、今の段階からキャリアについて考えることが、競技を含めた人生全体においての物事に対する取り組み方や姿勢をより充実させ、長期的な成長に繋がっていくことを知ってもらうきっかけの場としたい。

実施内容

① 講師による講義	相撲を通して培われる礼儀や忍耐力、自己管理能力などの力は、社会においても活かすことができる重要な力であることを伝えた。あわせて、「相撲しかない」という視点ではなく、相撲を通して多くの力を身につけているという意識を持つことの大切さを共有。さらに、競技で得た経験と競技以外での学びを互いに活かしながら成長していく「デュアルキャリア」の考え方を解説し、人としての成長が競技力の向上にも繋がるという視点を講義を通して伝えた。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を用い、相撲の稽古や日々の生活を振り返りながら、自身が培ってきた力を書き出すワークを行った。継続力や忍耐力、責任感など、競技を通して身につけている力を整理・言語化することで、自身の強みに気づいてもらう機会とした。また、個人ワーク後はグループワークを行い、それぞれが自身の言葉で強みや経験を共有してもらった。
③ ロードマップの作成	一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

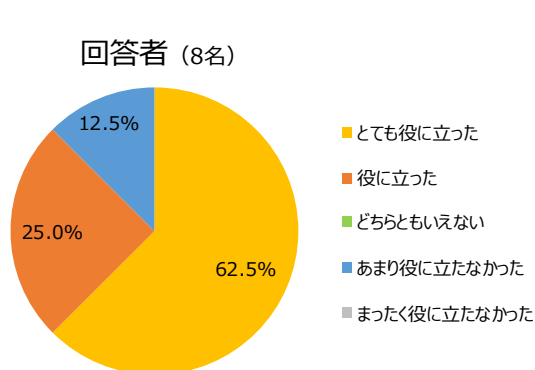
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

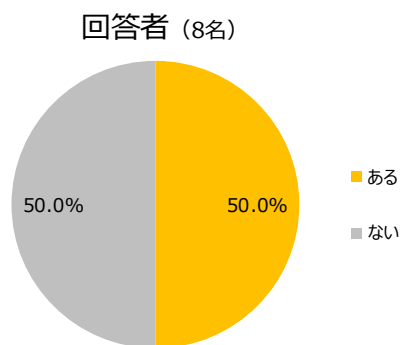
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - アスリートにとってはアフターライフの方が長い
ため、こういったことを勉強しておくべきだから。
- ② 役に立った
 - 勉強になりました。
- ③ あまり役に立たなかった
 - 取り組みを振り返り、何処が悪かったのか、何処を
直せば良いのかを探ることが出来た。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？ （5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- ロードマップを継続的に更新したいと思った。
- より深い自己分析。
- 他の競技の動画を見て、どんな考えをしているのか、
その人に視点に立って考えたい。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 競技で培った力を社会で活かす方法。
- 就職活動等。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 面談。
- スポーツ選手の強みを活かしての就職活動及び面接について。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 全体的に自分のキャリアについて考えるいい機会になった。
- 自分の人生について考える事が出来た。これからは相撲だけではなく自分の人生の事にも焦点を合
わせて行きたい。
- 自己分析をこのように明確にやることは大切なことだと改めて認識しました。

日本セパタクロー協会（セパタクロー）

実施日程	日本セパタクロー協会からの希望により研修実施。 新人戦開催中であり、ドーピング教育を行うタイミングで実施。 2026年2月14日（土）13:00～15:00
参加者数	大学3、4年生・社会人（20代前半）を対象に実施。 22名（大学生:18名／社会人:4名）
メイン講師	川島 隆一 氏
サブ講師 （ワークサポート）	菊地 栄一 氏 横田 洋輔 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

競技経験を将来のキャリアにどのように活かしていくことができるのかを考えてもらう機会として実施。

大学生の中には早期から就職活動を意識する者もいる一方で、競技に専念する中で将来について考える機会が十分でない場合も見られる。また、競技としてプロの道が確立されているわけではなく、一般企業で働きながら競技を続けている選手もいるという現状を踏まえ、競技で培った経験や力が社会でどのように活かされるのかを理解し、将来を見据えるきっかけの場を設けたい。

実施内容

① 講師による講義	競技活動の中で培われる主体性や課題解決力、継続力等の力が、社会においても求められる重要な能力であることを解説した。企業が学生時代の経験を重視する背景にも触れながら、競技を通して得た経験や努力が将来のキャリアにも活かされることを伝えた。さらに、競技とキャリアは切り離されたものではなく、双方が互いに良い影響を与え合う関係にあることを説明し、「デュアルキャリア」の重要性について講義を行った。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を用い、自身の強みや課題を整理するとともに、競技や日常生活の中で発揮している力を言語化してもらった。書き出した内容をもとにグループ内で共有を行い、仲間からの意見や視点をすることで新たな気づきを促し、自己理解を深める時間とした。また、大学生は引退後の将来の職業について、社会人は今働いている職業について考えてもらう時間も設けた。
③ ロードマップの作成	一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

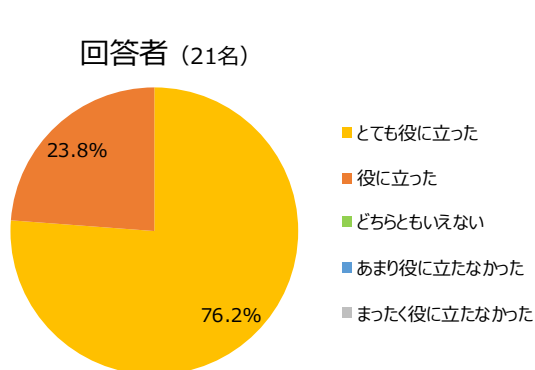
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

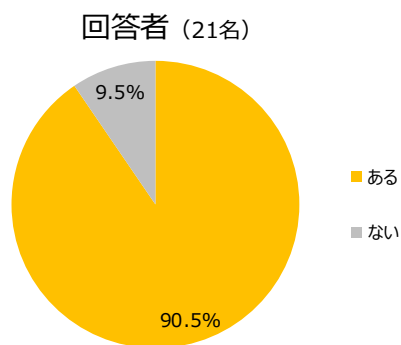
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 就活中ということもあり、一番不安に感じていた競技と仕事の両立などについて自己理解を深めることができたから。
- ② 役に立った
 - セパタクローをやっている強みを知ることができたり、自身の社会人基礎力について知ることができたから。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- ロードマップを用いて今後もっと自己理解を深めるキャリアプランを計画していきたいです。
- セパタクロー業界で教師と競技を両立している先輩に話を聞く。
- 資格勉強に取り組んでみようかなと思った。
（競技）もっと素直にセパタクローそのものを楽しむ。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- デュアルキャリアで働くことのできる企業や働き方について知りたいです。
- キャリアのステップアップ。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- 経験者との座談会。
- 同じような研修を定期的に行って欲しいです。
- デュアルキャリアの実態を知りたい。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- ロードマップで計画を立てたところが印象に残っている。なかなか逆算する機会はないのでいい機会だった。やらなければならないことが明確化した。
- マシンガントークではなく一個一個フィードバックがあったので、わかりやすかった。

日本フェンシング協会（フェンシング）

実施日程	日本オリンピック委員会及び再々委託先・RIGHTS と連携し研修実施。 各種目の選手が大会から帰国するタイミングで参加募集し実施。 2026年2月17日（火）13:00～15:00			
参加者数	大学生および企業アスリート（20代）を対象に実施。 25名 (女子サーブル:5名/女子フルール:3名/男子フルール:6名/女子エペ:6名/男子エペ:5名)			
メイン講師	川島 隆一 氏			
サブ講師 (ワークサポート)	上坂 実 氏 染宮 紀子 氏	宇山 賢 氏 山本 浩 氏	稲垣 智衣 氏	串田 友恵 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

本研修は、海外遠征等から帰国したフェンシングの各種目の選手が集まる貴重な機会に参加者を募り実施。キャリアについて主体的に考えることは、競技生活をより安定して継続していくことや、競技力の向上にも繋がっていくため、トップレベルで競技に取り組む選手だからこそ自身のキャリアと向き合ってもらいたい。

また、選手の中には将来どのような進路を選択していくのか明確に定まっていない者も多いことから、将来の選択を迎える前の段階でキャリアについて考える機会を設けるとともに、企業に所属し競技活動と仕事を両立している選手に対しても、改めてデュアルキャリアの考え方について学んでもらうことで、競技と将来の双方を見据える視点を養う機会としたい。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、キャリアについて考えることは将来への備えにとどまらず、現在の競技活動にも良い影響を与えるという観点から講義を行った。将来の方向性を少しずつ明確にすることで競技に集中できる環境が生まれ、結果として競技力向上にも繋がることを伝えた。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を用い、競技や生活の中で培ってきた力を整理するワークを実施した。また、「なぜその力が身についたのか」という背景も振り返ることで、自身の強みや課題を客観的に把握。また、大学生は引退後の将来の職業について、社会人は今働いている職業について考えてもらう時間も設けた。
③ ロードマップの作成	一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

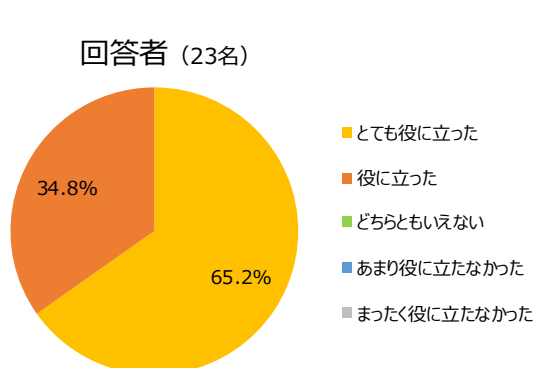
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

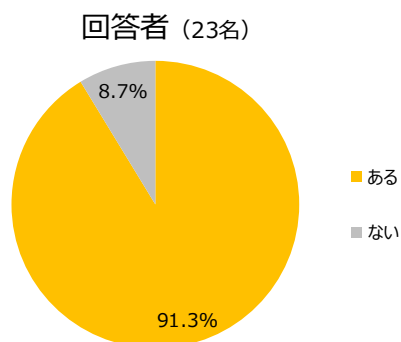
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 自分の強みが他でも活かせることを再確認するとともに、それをより活かしていきたいと改めて考えられた。またキャリアについても真剣に向き合っていて考えられた良い機会だった。
- ② 役に立った
 - 大学1年生のときから将来のことを考え、自己分析を軽く出来たところが良かったです。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 積極的にOBなどを頼って話を聞いてみようと思った。
- ACCの方と面談する。車内でスポーツをしている人や副業している人、時短勤務の人に話を聞く。社外のデュアルキャリア実践者に話を聞く。
- 自分の気持ちや考えを整理して、話すべき人に話す。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 就職活動の方法と競技経験を活かす方法。
- 自己分析の仕方について。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- スポンサー紹介。
- チーム出身のデュアルキャリア経験者との面談、就職活動のための時間確保。
- 就職活動の順序についての講義。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- ストロングポイントを共有し合い、他の人がどのような場面でその能力を手に入れたのか知ることができ、多くの学びがあった。
- 今後のキャリアについて考えるきっかけとなり、自分の気持ちに向き合う良い時間でした。全てのお話がとてもためになり、勉強になりました。

松本大学（野球）

実施日程	再委託先・エイジェックススポーツマネジメントと連携し実施決定。 練習後に時間を設けて実施。 2026年2月18日（水）13:30～15:30
参加者数	松本大学の野球部を対象に実施。 61名
メイン講師	小川 聡志 氏
サブ講師 (ワークサポート)	荒木 健一 氏 富岡 順子 氏 吉田 望 氏

➤ 研修概要

団体の実施目的

日頃からアルバイトへの取り組みを促すなど、競技力の向上だけでなく人間的な成長を重視した指導を行っており、そうした背景のもと本研修では、競技とキャリアを切り離して考えるのではなく、双方の経験を互いの成長に繋げていくという視点について改めて理解を深めてもらうことを目的として実施した。また、将来や自身の課題について主体的に考える機会を設けることで、競技に取り組む姿勢や日常生活への意識向上にも繋げていきたい。

実施内容

① 講師による講義	「デュアルキャリア」をテーマに、アスリートとしての人生と一人の人間としての人生を同時に歩いていくという考え方について講義を行った。将来について日頃から少しずつ考えていくことが、将来への不安の軽減や競技への集中力に繋がることを伝えた。また、野球を通して培われる目標達成力や協働力、課題解決力などの社会でも活かせる力についても解説し、競技経験は将来にも活かされるということを理解してもらう時間とした。
② 自己理解ワーク	「社会人基礎力セルフチェックシート」を用い、競技活動や大学生活を振り返りながら、自身の強みや発揮できている力、今後伸ばしていきたい力を整理するワークを実施した。試合や練習での取り組み、仲間との関わり方、授業や日常生活での姿勢などを振り返ることで、自分の特性を言語化し、強みや課題を客観的に把握する機会とした。 また、引退後の将来の職業について、様々な職業例にも触れてもらった。
③ ロードマップの作成	一人ひとりが「ロードマップ」を作成するワークを実施。競技・競技以外の両面で目標を立て、そこへ向けて今から1年後、2年後、選手たち自身が今後、選手として、人としてどう行動していくかを整理する時間となった。

II. 委託業務に係る成果報告

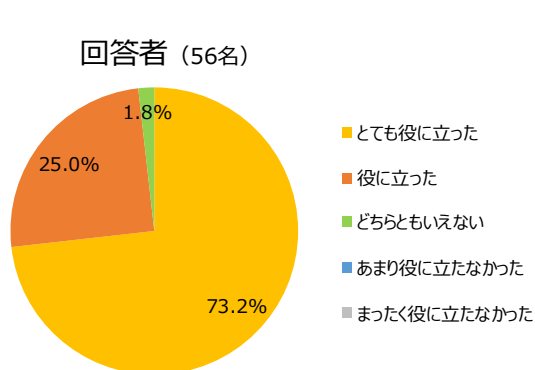
研修の様子



II. 委託業務に係る成果報告

➤ アンケート結果

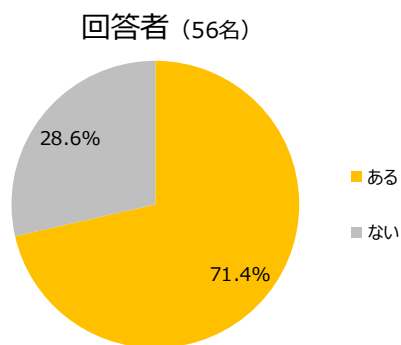
Q. 今日の研修は役に立ちましたか？（5段階評価＋自由記述）



<回答した理由>

- ① とても役に立った
 - 今後について考えようと思ったきっかけにもなったし、これからの野球もそうだし人生のモチベーションになったから。
- ② 役に立った
 - 自分の大学野球での具体的な目標を目に見える形にすることができたため。

Q. 研修を受けて、具体的に「やってみよう」と思った取り組みはありますか？（5段階評価＋自由記述）



<「ある」と回答した理由>

- 野球以外の時も話しかけられやすい雰囲気づくり。
- もっと細かくロードマップを作成する。
- 現場実習に積極的に参加。
- 将来自分のやりたい職業について真剣に調べること。
- 親和性が足りないので、いろいろな人とコミュニケーションをとって人脈を広げていく。

Q. 今後、キャリアについてもっと知りたいと思うことはなんですか？（自由記述）

- 自分に合う職業の見つけ方。
- 部活で学んだことを就職活動に活かす方法。
- 自分の就職したい活動の資格の取得や、経営、金融や、社会を知る学習をしたい。

Q. キャリアに関して、チーム等に「やってほしい」と思うサポートはありますか？（自由記述）

- いろいろな企業の福利厚生など企業の説明を聞いてみたい。
- 今の自分がどんな立場なのか、自分が想像している将来を伝えながら話をする機会を増やしてほしい。

Q. 本日の研修で印象に残った研修項目や感想を自由にご記入ください（自由記述）

- 将来を考えることはとても難しいことだと改めて感じた。何か目標となるものをはやく見つけられるようにいろいろな体験や経験を増やしていきたい。
- 自分の現状を知るためのワークで、今まで考えたことのない自分のことを考え、自分をより知る良い機会になって良かった。