

「進路について考える」ワークシート



高校卒業後の進路を考えるにはまず、自分のことをふり返って、自分の興味や関心について知ることが大切です。次に、社会にはどのような仕事があるのかを知り、自分のやりたい仕事を見つけましょう。そして、やりたい仕事に就くためには、どのような進路選択をすればいいのかを具体的に絞り込んでいきます。

STEP 1 自分について考えよう

➡ これまでの自分をふり返ってみましょう！

小学校・中学校時代の自分はどんなことを考えていましたか？
ふり返って書いてみましょう。

●好きなもの(こと)は？ 好きになったきっかけは？

●得意科目、不得意科目は何？

得意科目……

不得意科目……

●印象に残っている出来事は？

➡ いまのあなたはどんな人ですか？

部活動を頑張っている、友人と遊ぶことが楽しい、ボランティア活動に興味がある……

人によって性格や好きなことはさまざまです。自分自身について下の枠内を埋めてみましょう。

・私は な性格だと思う。

・動物に例えると 。

・私は が得意で、 をすることが好き。

・自分の一番のアピールポイントは 。

・休日は をして過ごす。

・いま一番興味があるのは 。

➡ 人から見た自分はどんな人ですか？

友人や、家族から自分はどのように思われているのでしょうか。自分以外の人に聞くことで、今まで気づかなかった自分を発見することができます。コメントを書いてもらいましょう。



友人



家族



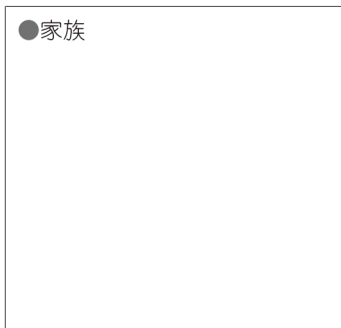
➡ 長所を探してみましよう！

今度は友人、家族、先生など周りの人のいいところを探して、下の枠に書いてみましょう。周りの人に目を向けることで、自分が心の中で「いいな」と思っていることが見えてきます。

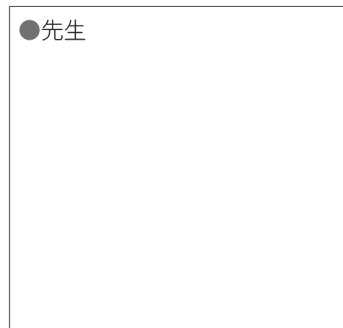
●友人




●家族



●先生



書くことによって、気づいたこと



仕事について考えよう

自分がいま知っている仕事はなんでしょう？

下の仕事の中で知っているものに☑をつけましょう。

●IT・ゲーム・Webに関わる仕事

- システムエンジニア プログラマ
 セキュリティエンジニア Webプロデューサー
 ゲームプランナー ゲームデザイナー

●機械・乗り物に関わる仕事

- メカトロニクスエンジニア ロボット開発技術者
 レースメカニック 自動車整備士
 パイロット(航空操縦士) 航空整備士

●工事・電気・建築に関わる仕事

- 工事担当者 電気工事士 電気主任技術者
 建築士 インテリアコーディネーター
 CADオペレータ 土木技術者 測量士

●看護・医療技術に関わる仕事

- 医師 薬剤師 看護師 臨床検査技師
 診療放射線技師 臨床工学技士 歯科衛生士
 歯科技工士 視能訓練士 言語聴覚士
 理学療法士 作業療法士 義肢装具士
 救急救命士 柔道整復師 はり師 きゅう師
 あん摩 マッサージ 指圧師

●食に関わる仕事

- 栄養士 管理栄養士 調理師 パティシエ
 和菓子職人 パン職人 フードコーディネーター
 ソムリエ シェフ

●美容・美容・ビューティーに関わる仕事

- 理容師 美容師 メイクアップアーティスト
 ネイルアーティスト エステティシャン
 ビューティーアドバイザー(美容部員)

●教育・保育・福祉に関わる仕事

- 中学校・高等学校教諭 小学校教諭
 特別支援学校教諭 幼稚園教諭 保育士
 社会福祉士 介護福祉士 精神保健福祉士

●ホテル・ブライダル・観光に関わる仕事

- ホテルスタッフ ブライダルコーディネーター
 グランドスタッフ キャビンアテンダント 通訳
 通訳ガイド ツアーコンダクター

●ビジネス・公務に関わる仕事

- 秘書 税理士 公認会計士 弁護士
 社会保険労務士 医療事務 警察官 消防官
 自衛官 国家公務員 地方公務員

●ファッションに関わる仕事

- ファッションデザイナー パタンナー
 スタイリスト バイヤー マーチャンダイザー
 テキスタイルデザイナー

●美術・デザインに関わる仕事

- グラフィックデザイナー イラストレーター
 アニメーター まんが家 CGデザイナー
 Webデザイナー カメラマン 編集者

●音楽・芸能に関わる仕事

- ミュージシャン ダンサー 音響エンジニア
 放送作家 アナウンサー 照明スタッフ
 映画監督 俳優 声優

●健康・スポーツに関わる仕事

- スポーツインストラクター スポーツトレーナー
 アスレティックトレーナー
 レクリエーション・インストラクター 健康管理士

●動物・自然に関わる仕事

- フラワーデザイナー フローリスト バイオ技術者
 ガーデンデザイナー 動物看護師 トリマー
 動物トレーナー 飼育係

興味のある仕事を3つあげ、その理由を書いてみましょう！

上の表などを参考にして、やりたい仕事または興味のある分野を考えてみましょう。

仕事または分野	理由：
仕事または分野	理由：
仕事または分野	理由：

どのような仕事をしたいですか？

仕事を選択するに当たって、重視するものを5つ選び、☑をつけましょう。

人とふれ合うことが多い仕事	専門的な技術を身につけられる	海外に行くことが多い
人のお世話をする仕事	学んだことを活かせる	将来的に独立が期待できる
チームで協力して行う仕事	裏から人を支える仕事	自分の時間を優先にできる
個人単位で行う仕事	スポットライトを浴びる仕事	残業が少ない
実力主義で評価される	体を動かすことが多い	通勤に便利な会社
安定した高い給与をもらえる	デスクワークがメイン	施設・設備が充実している

進学について考えよう

➡ **どのような進学先が良いかイメージしてみましょう！**

下の枠を記入して、自分にピッタリな進学先のイメージをつかみましょう。

●希望する仕事に必要な資格はありますか？

●希望する仕事に必要な知識・技術が身につく学部・学科は？

--

--

●進学を考える際に重視するものを5つ選び、をつけましょう。

施設、設備が整っている	<input type="checkbox"/>
伝統と校風	<input type="checkbox"/>
世間で名前が知られている	<input type="checkbox"/>
学力が自分の現状に合っている	<input type="checkbox"/>

奨学制度が充実している	<input type="checkbox"/>
通いたい地域にある(家から近い)	<input type="checkbox"/>
キャンパスや建物がきれい	<input type="checkbox"/>
男女共学である	<input type="checkbox"/>

学校の雰囲気自分が合っている	<input type="checkbox"/>
知り合いが通っている	<input type="checkbox"/>
就職率が高い	<input type="checkbox"/>
目指す資格が取得できる	<input type="checkbox"/>

➡ **現時点で選択したいと思っている進路は決まりましたか？**

複数選んでもOK。進路情報誌を読んだり、パンフレットを取り寄せて学校を比較・検討したり、先生や保護者に相談したりしながら、進路を絞り込んでいきましょう。

<input type="checkbox"/> 大学	学びたいこと：
<input type="checkbox"/> 短期大学	学びたいこと：
<input type="checkbox"/> 専門学校	学びたいこと：
<input type="checkbox"/> 就職(公務員を含む)	就きたいこと：

➡ **希望の進路を実現するためにできることを考えてみましょう！**

自分にぴったりの進路を選ぶために、いまできることを考えてみましょう。

例えば……学校の授業を怠けない、なりたい職業に関する資格を調べる など