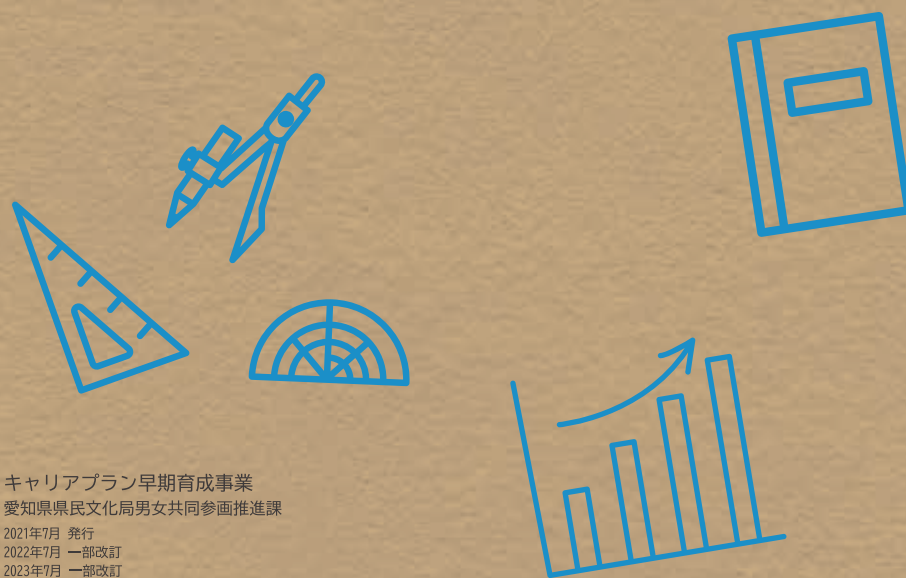




ジョシゴト×ダンシゴト みんなの仕事応援ノート



キャリアプラン早期育成事業
愛知県民文化局男女共同参画推進課
2021年7月 発行
2022年7月 一部改訂
2023年7月 一部改訂
2024年7月 一部改訂
2025年7月 一部改訂

ジョシゴト × ダンシゴト

みんなの仕事応援ノート

気づいて、知って、調べて、考える

- この事業は、女性の活躍促進を目的として実施しています -



目次

第一章 「キャリア」ってなんだろう？	P. 2
第二章 「働く」を知ろう	P. 4
第三章 「自分」を知ろう	P. 22
第四章 「生活する」について考えよう	P. 29
第五章 愛知県・国の取り組みを知ろう	P. 35
まとめ イキイキと生きるために	P. 37



第一章

「キャリア」ってなんだろう？

「キャリア」を考える = 進路や職業を 決めること？

今、みなさんの生活の中で睡眠を除いて一番長い時間はなんですか？

おそらく「学ぶ人」としての時間ではないでしょうか。学校で過ごす時間、家で勉強する時間、かなりの長さになるでしょう。でも他に、友だちと遊んだり自分の好きなことをしたりする時間もありますよね。家に帰ればお手伝いをしたり、家族と話をしたり、そんな時間もあるかもしれません。ボランティアやアルバイトをしている人もいるでしょうか。

「キャリア」とはそんな「色々な時間」を過ごしているあなたの人生そのものを指しています。私たちは生まれてからここまで人生を歩んできました。意識しなくても、振り返ればそこに「見えない足跡」が残っています。その足跡（わだち）が「キャリア」という言葉のもともとの意味なのです。

みなさんの人生はまだ、始まったばかりです。「人生100年時代」と言われる中で、この先長く続く日々にはどんなことが起きるでしょうか。今のみなさんにとって、目の前に見えているキャリア上の課題は「これから何を選び、そのために日々をどう過ごすか」（進路選択・職業選択）になります。でも、あくまでもそれは「キャリア」の中の一部だということを、覚えておいてください。

「キャリア」とは、何度も何度も転機がやってくるものです。上手くいくこともあれば、そうでないこともあります。順調なときも苦労するときもあります。そのたびに私たちは色々な選択をします。それをぜひ、**自分の頭で考えて、自分の気持ちをちゃんと考えて選んでほしいのです。**自分の人生を豊かにする、それこそが、あなたが生涯かけて取り組む大切なことなのです。



「なんかいい」から始めよう

みなさんの身近にいる大人たちは、みなさんからどう見えますか。「なんかいいなあ」と思う人がいますか。そう思う基準はみんな違います。あなたが見て「なんかいいなあ」と思う人はどんな人ですか？その人のどんなところがいいなあと思いますか。

「そんな風に思う人はいない」そう思うのであれば、知り合いでなくてもテレビや動画の中にいる人、二次元の世界の人、同級生でも構いません。

あなたが感じる「なんかいい」には、あなたにとってちょっとしたヒントが隠れているのです。

「普通」ってあるの？

「私はあんなふうになりたい。将来～な道を選びたい」とか、「今すぐ～をやりたいから、こうしよう」とか、考えている人もいます。

あるいは、そんなイメージは全くなくても、もしかしたら身近な人に「●●したらいいよ」「～じゃなくちゃだめだよ」なんてことを言われているかもしれません。その中には例えば「女の子は～じゃなくちゃ」とか「普通女の子は◆◆選ばないよね」なんて言葉はありませんか？さて、普通とはなんなのでしょう？それはどのくらい「確かなモノ」なのでしょう。

「あなたが『普通』だと言われていること」は「常に普通」ではないのです。例えば同じ国の中でも、地域によって、世代によって、職業によって、一つ一つの会社によっても「これが良いこと」とされるものは異なっています。そして「今の普通」をアップデートすることだって、できるのです。自分の世界を「普通はこうしない」という言葉で狭めないでください。みんながそうしているからといって、そのみんなは「あなたの近くに見えているみんな」だけかもしれません。



まず、自分が思うこと、 感じることを大切にしよう

人生がスタートしたばかりのみなさんは、知らないこともたくさんあります。周りの人の話を受け止めながらも、「ああ、この人たちにとってはこれが普通なんだな」と「自分の意見とは区別して聞く」ようにしてください。そして「**私はこう思う。今こう感じる**」をぜひ大切にしてください。それがどんなに未熟でも未完成でもよいのです。

第二章

「働く」を知ろう！

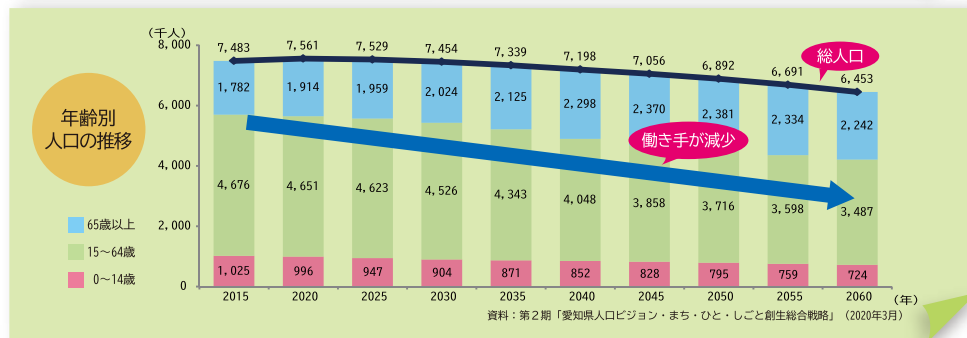
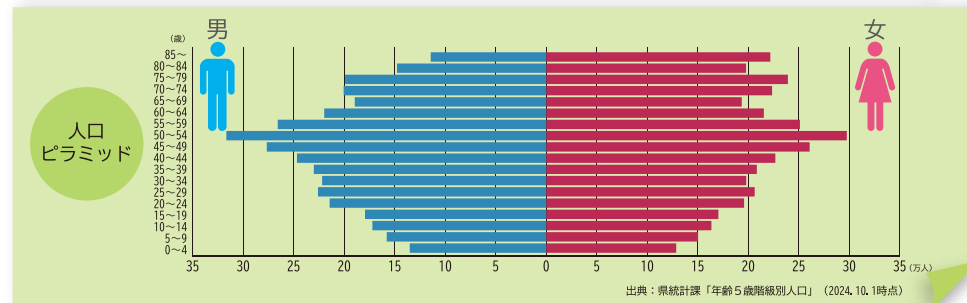
日本の働き手を巡る状況を見てみよう

少子高齢化の影響もあり、「働き手」が減少しています

日本では、価値観の多様化などによる未婚率の上昇、女性の社会進出による平均初婚年齢の上昇（晩婚化）、結婚から出産までの年数の増加（晩産化）が進行しています。

また、子どもを望んでいても授からないケースも増えている一方で、医療技術の進歩により寿命は延びており、ますます少子高齢化が進行しています。

愛知県の年齢別人口の推移を見ても、15歳～64歳の就労世代の減少が目立っています。これらのデータが示すように、少子高齢化の進行に伴い、今後ますます働き手が減少することが見込まれています。



働き手が減ると…

- ・企業の労働力の低下
- ・企業の収益の減少
- ・経済規模の縮小

- ・税収の減
- ・働き手世代の負担の増加
- ・社会保障制度の継続困難

社会の
停滞

社会人はどのような気持ちで働いているの？

P.4 のデータを見ると、働き手の減少が顕著な日本。
社会の担い手として、みなさんはとても期待されている存在です。

第二章では、実際に社会で活躍されている社会人の方に、お仕事の内容ややりがい、失敗してしまったことなど、様々な質問にお答えいただいています。

ぜひインタビューの内容を見て、「働くってどういうことだろう」と、あなた自身も考えてみてくださいね。

どんな観点で仕事を選ぼう？

みなさんの中には、「どうやって自分の仕事を選ぶのか、見当もつかない…」という人もいます。そんなとき、以下の3つのキーワード（興味・能力・価値観）を参考にしてみましょう。

興味が持てて、自分が得意なことで、自分の価値観にも合う、そんな仕事に巡り合えばいいですが、すべてが揃う仕事があるとは限りません。まずは「なんだか興味を持てそうだな」とか「自分の得意なことが活かそうだな」とか、「この人のこんな言葉に共感するな」といった、1つの観点でも合致する仕事があれば、詳しく調べてみるなどして、自分自身の視野を広げていきましょう。

例

興味

やりたいこと
好きなこと

- ・ 機械が好きだから自動車製造に関わる仕事がしたい
- ・ スポーツが好きだから、将来も何らかの形でスポーツに関わりたい
- ・ ぼんやりだけど、食に関わる仕事に興味がある

能力

できること
得意なこと

- ・ コミュニケーションが得意なので、接客かな…
- ・ 責任感が発揮できる仕事がしたい
- ・ 数字に強いから、データを扱う仕事に向いているかな

価値観

何のために働く？
誰に共感する？

- ・ やりがいのある仕事に就きたい
- ・ 家族との時間を大切にできるような仕事がいいな
- ・ 以前出会った●●さんのような社会人になりたい

INTERVIEW 社会人のみなさん お仕事の内容教えてください！

例えば「営業」と聞いて、みなさんはどのような仕事だとイメージしますか？
社会で活躍する5名の女性の方へのインタビューを読んで、どのような気持ちで、どのようなやりがいを持って仕事をされているのか知しましょう。
仕事に対するみなさんのイメージが変化するかも！



File1. 営業のお仕事 P. 7 ~ 8
日本航空株式会社 中部支社 住谷 理奈 さん



File2. 設計のお仕事 P. 9 ~ 10
大冷工業株式会社 多和田 彩花 さん



File3. エンジニアのお仕事 P. 11 ~ 12
株式会社エイチーム 大田 亜郁子 さん



File4. 製造のお仕事 P. 13 ~ 14
東浦カリモク株式会社 青木 咲恵 さん



File5. 検査のお仕事 P. 15 ~ 16
アイシン辰栄株式会社 森本 真美 さん



どんな仕事？
みなさんが今持っているイメージを書いてみましょう。

営業

設計

エンジニア

製造

検査

File1. 営業のお仕事

すみな
りな
住谷 理奈 さん



プロフィール

日本航空株式会社 中部支社 事業部 顧客営業グループで営業を担当。大学卒業後、一旦は別業界で就職するも、子どもの頃から憧れていた航空業界にチャレンジし、2023年11月に日本航空へ入社。

どんなお仕事をされていますか？

企業が出張などで飛行機を使う際、ご利用実績や渡航頻度に応じた提案をして、JALを選んでいただけるようにするお仕事です。最近では、企業の「課題」を解決するお手伝いもしています。例えばお客さまと直接接したりクレーム対応をしたりするお仕事で「マナーの基礎を社員にしっかり身につけてほしい」という課題があった場合、客室乗務員によるマナー研修を提案するなど、企業の状況に合わせた提案を行っています。

この仕事に就いた理由は何ですか。

航空業界は物流などの日常的な面でも、旅行などの非日常的な面でも重要な役割を担っていて、以前から魅力に感じていました。この会社に入ったのは「JAL フィロソフィ」という全社員で共有されている考え方があり、その中にある「地味な努力を積み重ねる」という考えが、私が大切にしてきた生き方そのものだったからです。配属の結果、営業の仕事に就いたのですが、直接お客さまからのニーズを聞けることや、人との繋がりができるところを魅力に感じています。



住谷さんが働いている会社はコチラ！
日本航空株式会社 中部支社

所在地 / 名古屋市
事業内容 / JAL グループは、「世界で一番選ばれ、愛されるエアライングループ」となることを目指し、フルサービスキャリア（FSC）、ローコストキャリア（LCC）、貨物郵便、マイル・ライフ・インフラの4領域において事業活動を展開しています。



今までのお仕事で、印象に残っている出来事は何ですか？



休日に空港などでイベントブースを出して、地域のお客さまと交流する機会が月に何回かあります。そこでお客さまから直接、「いつも利用してます」「これからもがんばって」といった応援の言葉をいただくと、がんばろうという気持ちになります。パイロットやCAの制服を着てもらい写真を撮るサービスで喜ぶ子どもたちも多く、こうした活動を通して、多くの方にJALのファンになってもらえればと思っています。

「やってしまった！」という大失敗を教えてください。

まだ入社して1年目なので大きな出来事はないですが、お客さまに紹介するサービス内容を、一部誤りがある状態で送ってしまったことがありました。少しでも内容に不安があった場合は、周りの人にダブルチェックしてもらうなどして、一呼吸置くということの大事さを学びました。

この仕事のやりがいを教えてください。

営業はお客さまに一番近い存在なので、お客さまのご要望を直接聞き、そのご要望にお応えできるように考え実行できます。そうして喜んでもらったり、感謝の言葉をかけていただいたりしたときにやりがいを感じます。毎月、渡航実績が数字に表れてくるので、自分が担当している企業の渡航数が増えるとモチベーションになります。同じような値段で同じような時間の飛行機だったら、「JAL にしよう」と思っていたのがうれしいです。



学生のうちにやっておいたら良いことは何ですか？

時間のある今のうちに、興味のあることにいろいろな挑戦してほしいです。また、語学スキルや資格があると仕事の幅が広がります。航空会社では予約の記録が英語で書かれていたり、空港でイベントを行う際にも外国のお客さまがいらっしゃることもあるので、英語が話せると良いです。TOEICや英検にチャレンジするのも良いと思いますよ。

「営業」の仕事についてわかったこと、イメージが変わったことなどを書きましょう

File2. 設計のお仕事

ただ あやか
多和田 彩花 さん



プロフィール

子どもの頃からものづくりが好きで、工業高校の設備システム工学科で建築設備の基礎を学ぶ。高校卒業後、学びを活かした仕事をするために大冷工業株式会社に入社。岐阜支店にて設計・積算を担当し、現在2年目。

どんなお仕事をされていますか？

建物には欠かせない、エアコンなどの空調設備、トイレなどの衛生設備の設計を行う仕事です。まだ入社2年目なので、今は先輩が書いた配管の平面図を立体にする作業や、見積※のたたき台を作ってそれを先輩にお渡しするといった、サポート的な役割を担っています。

※見積：設備を設置するのにかかるお金の計算のこと。

この仕事に就いた理由は何ですか。

小さい頃からものづくりが好きだった私は、工業高校に入学しました。設計の仕事を選んだのは、平面図をコンピューターで立体化する設備設計の授業がすごく楽しかったからです。建物の中でも、空調設備や衛生設備といった身近なものを自分の手で作れるところも魅力に感じました。会社の SNS などでも見て雰囲気も良さそうだったので、大冷工業に入社したいと思いました。



多和田さんが働いている会社はコチラ！

大冷工業株式会社



本社所在地 / 名古屋市
事業内容 / 空調設備や給排水設備、冷蔵・冷凍設備など「建築設備の設計・施工」を手がけています。快適な空間を創り出し、「お客様の事業繁栄」のお手伝いをする会社です。

今までのお仕事で、印象に残っている出来事は何ですか？



建設中の建物を外部の方が見学する「現場見学会」で、私が設備についての説明をすることがあります。以前、自分の母校の生徒が現場見学会に来てくれて、高校生の皆さんに説明をする機会があったのですが、お世話になった先生に自分の成長した姿を見せられたのではないかと思います。先生から後日聞いた話なのですが、帰りのバスの中で何人か「この会社いいかも」と言ってくれていたと聞いて、準備や説明をがんばってよかったなと感じました。

「やってしまった！」という大失敗を教えてください。

見積を作るときに、数量を間違えて入力してしまったことがありました。先輩がチェックして直してくださったのですが、自分のミスで時間を使ってもらって申し訳ないな…という気持ちになりました。設計の仕事は楽しいし得意なのですが、見積作成はまだまだ苦手だなと感じます。早く色々なことを覚えていきたいです。

この仕事のやりがいを教えてください。

設計の仕事をしていると、いち早く自分が完成品のイメージを見られるので、自分で何かを作っている、という感じがして楽しいです。平面図が立体図になり、建設現場で形になっていくので、「ものづくりをしている」という実感が持てます。



学生のうちにやっておいたら良いことは何ですか？

自分が興味を持つことについて、突き詰めて学んでほしいです。私は元々ものづくりが好きで工業高校に入学し、授業の中でさらに興味が持てる分野を見つけました。思えば小さい頃から折り紙が好きだったり、工作動画を見て100円ショップの材料でDIYをしたりするのが好きでした。皆さんも、子どもの頃に好きだったことを思い出してみるのも良いかもしれません。

「設計」の仕事についてわかったこと、イメージが変わったことなどを書きましょう

File3. エンジニアのお仕事

おた あゆこ
大田 亜郁子 さん



プロフィール

株式会社エイチームの結婚式場情報サイト「ハナユメ」のシステムエンジニア。大学では「がんの遺伝子」に関する研究を行う。大学院卒業後、他社でのエンジニアを経て、2011年にエイチームへ入社。趣味は登山。一児の母。

どんなお仕事をされていますか？

今は、結婚式場を紹介する WEB サイト「ハナユメ」の裏側を支えるシステムエンジニアをしています。ある日突然 WEB サイトが表示されなくなったり、見たいページがなかなか開かなかったり…といったトラブルが起こることなく、毎日快適に使える状態にするための保守を行う仕事です。

この仕事に就いた理由は何ですか。

大学時代は「がんの遺伝子」の研究をしていたので、製薬会社の営業や研究職などの仕事に就くと思っていました。でも研究活動を通して、自分の興味とビジネスの理想と現実との間にギャップを感じ、職業について一度フラットに考えてみることにしました。「私は何が得意なんだろう？」と思って適性検査を受けてみたところ、システムエンジニアにすごく適性が高いという結果が出たことで興味を持ち、今に至ります。



大田さんが働いている会社はコチラ！
株式会社エイチーム



本社所在地 / 名古屋市
事業内容 / インターネットを軸に多様な事業を展開する総合 IT 企業です。日常生活に密着した Web サービスを運営する「ライフスタイルサポート事業」、多様なジャンルのゲームやツールアプリケーションを運営する「エンターテインメント事業」、複数の商材を取り扱う「EC 事業」を運営しています。

今までのお仕事で、印象に残っている出来事は何ですか？



これまで 18 年エンジニアをやっていて、大きなシステムや事業として重要なシステムを作った経験はありますが、私が印象に残っているのは日々の積み重ねです。エンジニアの仕事は表からわかりづらい地道な仕事ですが、ひとつひとつの仕事を積み重ねていくことで、何度も「誰かの役に立てた」と思える経験ができました。

「やってしまった！」 という大失敗を教えてください。

エンジニアはパソコンに向かっている時間が長い仕事ですが、コミュニケーション不足が原因で、お客様にまで影響が及ぶような事態になることがあります。社内でもいろんな部署の人と一緒に仕事をしますし、その先には取引先やユーザーの方がいるので、関係する人としっかりコミュニケーションを取って、お互いの認識合わせをしていくことが大事だと思います。

この仕事のやりがいを教えてください。

コツコツ続けていくことで、自分の経験や知識が活かせるところです。あとは、今までやったことのない技術を使う仕事でもチャレンジしやすい環境があり、いつも新鮮な気持ちで仕事に臨めるところです。同じことばかりやっていてもおもしろくないと感じるので、新しいことにチャレンジできる機会があるのは私にとって良い環境です。

学生のうちにやっておいたら良いことは何ですか？

色んなことを経験して、何をやっているときに自分が楽しいのか、どんなことが得意なのか、どんなときにうれしいのか、探してほしいです。私が今の仕事に就いたように、何かのきっかけで考えていたものと違う仕事に就くこともあるかもしれません。自分がどんな大人になりたいか、を見つけていってほしいですね。

「エンジニア」の仕事についてわかったこと、イメージが変わったことなどを書きましょう

File4. 製造のお仕事

あおき さえ
青木 咲恵 さん



プロフィール

子どもの頃からものづくりが好きで、高校卒業後、東浦カリモク株式会社に入社。ソファやダイニングチェアなど、椅子を製作する工場に勤めており、現在3年目。

どんなお仕事をされていますか？

椅子を製造する工程の中でも、「組付」という部署で働いています。前の工程から送られてきたパーツに接着剤を塗り込み、パーツ同士を合わせて、椅子の形に組み立てていく仕事です。毎年新製品が開発されるので、初めて新しい製品を造るときや、時間内に効率的に組み立てすることは大変ですが、やりがいを持って仕事をしています。

この仕事に就いた理由は何ですか。

子どもの頃から何かを造ることが好きで、「将来、工場働くこと」がずっと頭にありました。高校3年生で就職を考え、いくつか製造業の情報収集をしたときに、カリモク家具が製品をほとんど手作業で造っていることを知り、興味を持ちました。実際に見学に行ってみると、社員の方が木を削ってひとつひとつのパーツを造っていて、「自分の手で全部削ってるんだ…すごい」と感動したのを覚えています。品質にこだわっていることも伝わってきて、より良いものをお客様に届けられることができると、やりがいを感じそうだと感じてこの仕事に就きました。



青木さんが働いている会社はコチラ！
東浦カリモク株式会社

カリモク家具

本社所在地 / 東浦町
業務内容 / 材料の調達・木材の乾燥、デザイン、製造、営業、修理までグループ一貫で行う企業です。家庭用家具だけではなく、病院やオフィスなどの業務用も手掛けています。木工技術を活かした他業種との取り組みも拡大中です。

今までのお仕事で、印象に残っている出来事は何ですか？



工場へ見学に来られるお客様が、私が椅子を造っている様子を見て「あ！これ知ってる」とか、「こうやって組み立てているんだ」と話されているのが聞こえてくることです。普段工場に勤めているとお客様の声が直接聞けないのですが、その時は、自分が造っているものはちゃんとお客様の元に届いているんだ、と実感できますね。

「やってしまった！」という大失敗を教えてください。

パーツからはみ出た接着剤だけを削らなければいけないところ、木の部分まで削ってしまったことがあります。初めて組み立てる椅子で、ミリ単位の調整技術が必要だったので、緊張もしていて…。失敗した椅子は先輩がフォローしてくれたんですが、そのときは「やってしまった…」と思いました。

この仕事のやりがいを教えてください。

組付の仕事は、できあがりに近い椅子の形を造るおもしろさがありますし、自分がどんな椅子を造っているのか、実感が湧きやすいです。木製家具の材料は自然なものなので、パーツも1つ1つ木目や寸法などが微妙に違うことがあります。そのパーツを目視で合わせ、1台の椅子に組付けていくことが難しいところです。しかしながら、そのパーツ同士がぴったりはまったときはうれしいですし、やりがいを感じます。



学生のうちにやっておいたら良いことは何ですか？

興味を持ったことや気になる仕事について、情報収集してみることです。そうすると、今まで想像もしなかった仕事について知れるなど、将来の選択肢が増えるんじゃないかと思います。また、私がやって良かったと実感しているのは部活動です。礼儀や挨拶、人との接し方を部活動で学んだおかげで、社会に出てからそういう意味で困ることはなかったです。

「製造」の仕事についてわかったこと、イメージが変わったことなどを書きましょう

File5. 検査のお仕事

もりもと まみ
森本 真美 さん



プロフィール

高校卒業後、一度別の会社に入社した後、アイシン辰栄株式会社に入社。自動車部品の検査業務を担当し、現在6年目。4歳の子どもの子育てをしながら、時短勤務で仕事をおこなっており、仕事と家庭の両方を大切にしている。

どんなお仕事をされていますか？

自動車部品の検査のお仕事です。目視で、すべての部品が正しく付いているか、塗装のはがれがないか、異物が付いていないか、ねじ穴がふさがっていないか、といったことを確認しています。次々と製品ができあがってくるので、スピード感も大事で、1つの部品に対して6～7秒ですべての項目を確認しています。慣れるまでは大変ですが、慣れればすぐに不良品を見つけられるようになりますよ。

この仕事に就いた理由は何ですか。

工場で働いた経験を活かせると思ったので、製造業で仕事をしたいと思っていました。当時私はすでに結婚していて、一生働いていきたいと思っていたので、子どもを産んだあとも働ける仕事、産休・育休や時短勤務の制度などが整っている会社を探しました。今の会社は子育てしながら働いている先輩もたくさんいて、仕事と子育て両方について相談できる環境なのは、とても心強いです。

AISIN
アイシン辰栄株式会社

森本さんが働いている会社はコチラ！
アイシン辰栄株式会社

本社所在地 / 碧南市
アイシングループの一員として、現在7,000パーツ以上の自動車部品を生産しています。業界トップクラスの塗装技術を持っており、国内のみならず、広く世界からも高い信頼をいただいています。

今までのお仕事で、印象に残っている出来事は何ですか？



不良品を見つけて上司がすごくほめてくれたときに印象に残っています。一度重大な不良品が出てしまったあと、みんなで考えた対策をして「もう不良品は出ないだろう」と思っていた中に出てしまった不良品だったので、見つけたときは「ファインプレーだったよ、ありがとう」と言ってもらえました。

「やってしまった！」という大失敗を教えてください。

今までに大きな失敗はないんですが、たまに製品を落としてしまうことはあります。落として大きな傷が付くとこれも不良品になってしまうので、気をつけながら取り組んでいます。

この仕事のやりがいを教えてください。

車を購入する方が安心安全に乗っていただけるように、不良品を見逃してはいけない、という使命感を持って検査をしています。その中で、不良品を見つけたときは「見つけられてよかった」とホッとします。仕事の中で自分のスキルを上げていくことも、やりがいになっています。



外観検査工程により、安全メガネを外して作業を実施しています。

学生のうちにやっておいたら良いことは何ですか？

興味を持ったことややってみたいと思ったことは、何でも挑戦してみるといいと思います。私が通っていた高校は、資格取得に力を入れていた学校だったんですが、興味はある資格でも、自分にはできないかな…と挑戦しなかったこともありました。勉強できる環境はあったのにもったいなかったな、と後悔しているので、みなさんにはぜひ挑戦してみてください。

「検査」の仕事についてわかったこと、イメージが変わったことなどを書きましょう

まだまだある！ こんな仕事

～ものづくり会社の場合～

ここに書かれているのは一般的な説明です。
会社によって、仕事内容は異なります。

経営企画

経営者とともに会社の経営状況を調査・分析して、どのように事業を行い、どのようにお金や人材を配分するか、計画を立てる仕事です。



経営者として、会社のトップに立つ人です。会社がどのような方向を目指し、どのような事業をするかなど、最終的な決断をします。

社長



マーケティング



消費者に対しての調査や、他社で作られている商品などの調査を行います。売れる商品を作るための情報を収集・分析する部署です。

新商品を開発するためのアイデアを形にする仕事です。今までにない商品をゼロから作ることも、今までにあった商品を改良することもあります。



商品企画



製品ができあがるまでの加工や組み立てをしたり、加工するための機械の操作などを行ったりします。

製造

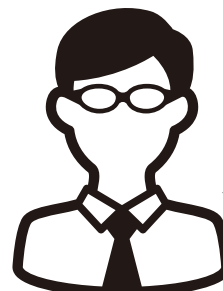


物流

できあがった製品の在庫管理をしたり、商品をお客様のもとに届ける手続きなどを行います。



秘書



社長や上司などの多忙な人に代わって、その人のスケジュール管理や電話対応など、仕事が円滑に行えるようサポートする仕事です。



できあがった製品の品質に問題がないか確認するとともに、効率よく、品質の良い製品を作れるような方法を考えたりもします。

品質管理



経理

会社が今、どのくらいの収入と支出があるのか、といったお金の動きを正確に把握する仕事です。給与などの支払関連も担当しています。



会社そのものや商品・サービスなどを色々な人に知ってもらうための仕事です。取材の対応や、ホームページの更新など、様々な業務を担います。



宣伝・広報



事務

電話や来客の対応から、書類作成、データ収集など、多岐にわたる業務を行います。他のスタッフのサポート的な役割を担うことも。



法務

法律に関わる豊富な知識を持ち、法律に関わる仕事を担います。契約書の作成や、法令を守るための研修実施など、多岐にわたる業務を担います。



「視野を広げる」って どういうことだろう？

職業選択について考えるときに、みなさんは「視野を広げて考えてみよう」といったことを言われたことはありませんか？

将来を考えるにあたって、「視野を広げる」って一体どういう意味なのか、一緒に考えていきましょう。

例えば、「子どもに関わる仕事」には、どんなものがあるのでしょうか。学校の先生や保育士、塾講師などを思い浮かべる人が多いかもしれませんね。

しかし、子どもに関わる仕事は、他にもたくさんあります。学校教員等を含め、例を挙げてみましたので、見てみましょう。

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| ・ 学校教諭（小学校／中学校／高等学校／特別支援学校等） | ・ 幼稚園教諭 |
| ・ 保育士 | ・ 学校等の管理栄養士／調理師 |
| ・ 塾／幼児教室講師 | ・ 小児科医師／看護師 |
| ・ テーマパークスタッフ | ・ スクールカウンセラー |
| ・ 児童福祉司 | ・ デパート等の子供服／おもちゃ販売員 |
| ・ 学童保育スタッフ | ・ 乳児院スタッフ |
| ・ ベビーシッター | ・ 児童書作家／編集者 |
| ・ 写真スタジオスタッフ | ・ 玩具メーカーの企画／開発 |
| ・ 子供服メーカーの企画／デザイン | ・ 放課後等デイサービススタッフ |
| ・ 児童発達支援センタースタッフ | ・ 科学館や博物館の学芸員 |
| ・ スポーツ教室／体操教室コーチ | |

例

「確かにそうだな」と思うものも、「こんな仕事聞いたことない…」と思うものもあるのではないのでしょうか。

当たり前のことですが、知らない仕事には、興味を持つことも、選択することもできません。まだ知らない仕事の中に、あなたに向いている仕事があるかもしれません。

「視野を広げる」ということは、「子どもに関わる仕事なら保育士だよね」とはじめてから決めつけるのではなく、自らの興味関心の幅を広げ、あなたが知っている世界を広げることなのです。

ぜひ、あなたがまだ知らない仕事を「知っている仕事」に変えて、自らの可能性を広げていきましょう。

INTERVIEW

あなたが働く・働き 続ける理由は何ですか？

社会人のみなさんは、何のために働いているのでしょうか。
P.7～16でお話を伺った社会人の方に、働く理由を聞いてみましょう。

人として成長するためです。働くことで知識も増えますし、様々なスキルが身についてきます。もっといろいろな人に愛される会社にするためにも、ずっとこの会社で働いていきたいと思っています。

営業
住谷さん



設計
多和田さん



自分が学んできたことを仕事に活かして、それが少しでも、誰かや社会の役に立っていたらうれしいからです。そう感じることができれば、生きがいや働く意味につながっていくと思います。

仕事でもまだまだやりたいことがあるし、自分の趣味の時間も充実させたいし、親としての務めも果たしたいからです。それを実現できるお金を得て、より自分らしく充実した人生を送っていくためにも、仕事を続けていきたいです。

エンジニア
大田さん



製造
青木さん



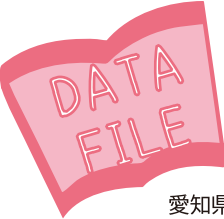
やりがいを感じられる仕事だからです。安定した仕事なので、この先家庭を持っても長く仕事を続けていきたいと思っていますし、管理職にステップアップすることにも興味を持っています。

家族が笑顔で過ごせるようにするためです。仕事はやりがいもあるし、家族と離れて自分ひとりの時間でもあるので、ある意味ストレス発散にもなっています。あとは、検査以外の仕事にも挑戦するなどスキルアップしていきたいからです。

検査
森本さん

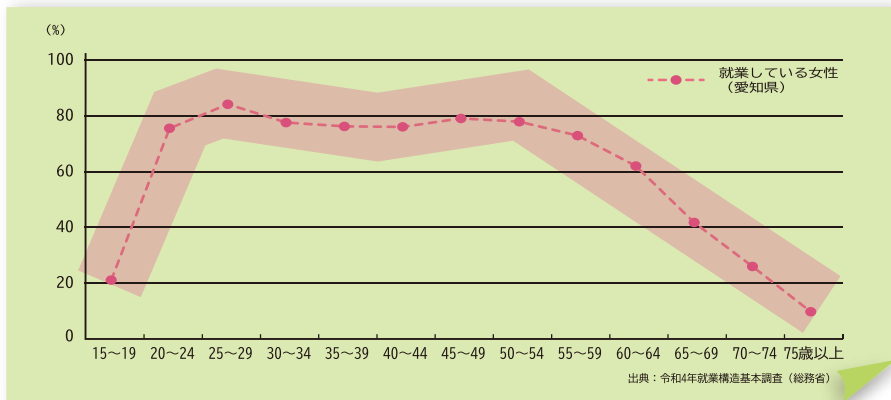


働く理由、働き続ける理由は色々だけど、前向きに仕事に取り組んでいることが、先輩社会人のみなさんの人生の充実につながっていそうですね！



女性の労働力率をグラフにすると、 「M字」が台形に近づいています

愛知県の就業している女性の割合を年代別に見ると、女性が出産・子育て期にいったん仕事を辞め、子育てが一段落した後に再就職する人が多いことから、「M字カーブ」を描いていましたが、2022年ではカーブが浅くなり、台形に近づいています。



データ等で見える働き続ける人生のメリット

1 収入面・待遇の充実

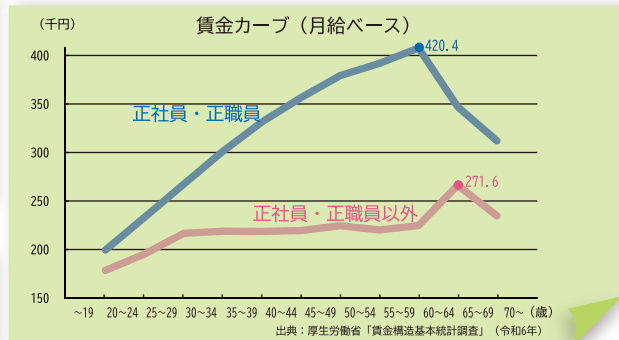
正規雇用は、非正規雇用と比べて、雇用が安定し、収入面や待遇で恵まれています。時給ベースでの平均賃金の比較でもその差は明らかです。
※ただし、正規と非正規の不合理な待遇格差は禁止されています。

2 社会保障、福利厚生など、各種制度が充実

正規雇用は、非正規雇用と比べて、社会保障や福利厚生などの各種制度（雇用保険・健康保険・厚生年金・退職金制度・賞与（ボーナス）支給制度など）が充実しています。

3 スキルの継続と向上、教育訓練の機会の充実

正規雇用は、非正規雇用と比べて、自分のキャリアを継続して専門的なスキルを身に付けられる環境や、社内研修など教育訓練を受けられる機会にも恵まれています。



各種制度の適用状況

(%)	雇用保険	健康保険	厚生年金	退職金制度	賞与支給制度
正社員	92.7	97.2	96.1	77.7	86.8
正社員以外	71.2	62.7	58.1	13.4	35.6

出典：厚生労働省「就業形態の多様化に関する総合実態調査」令和元年 個人調査 第14表

いわゆるボーナス

第三章

「自分」を知ろう！

キャリアに「絶対的な正解はない」

第二章では、様々な社会人の方の仕事について見てきました。それぞれ、仕事に就いた理由もやりがいも、異なるものだったと思います。「何が幸せか」は一人ひとり違うから、生き方やキャリアに絶対的な正解はないのです。

自分自身で考えて、悩み抜いて、そして自分で決断する。大事なのは、みなさんが納得して選択ができていくかどうかです。

どうして働くんだろう？も人それぞれ

あなたはイソップ童話の「3人のレンガ職人」というお話を知っていますか？ある旅人が道を歩いていると、レンガを積んでいる3人の男に出会うのです。旅人が「あなたはそこで何をしていますか」とたずねると、1人目の男は「みりやわかるだろ、レンガを積んでいるんだ」と答えました。

2人目の男は「大きな壁を作っているんだ。この仕事のおかげで家族を養えているんだよ」と答えました。3人目の男は「歴史に残る大聖堂を作っているんだ。大聖堂が完成したら、何人もの人が救われる。こんな素晴らしい事に関わられて俺は幸せだ」と答えました。

3人の男は同じ仕事をしているのに、全く違う意識で仕事に向き合っていることがわかります。1人目の男のように「単なる作業」として仕事をしていたら、きっと仕事楽しくないですね。2人目の男は、「家族を養うため」という目的を持っていますが、きっともっとたくさんのお金がもらえる仕事があれば、彼はその仕事に乗り換えるでしょう。3人目の男は、その仕事にやりがいや目的を見出しながら働いています。

将来を考えたときに、仕事の種類や内容、仕事をする環境などと共に「自分自身がどの様な気持ちで取り組めるか」もとても大事なことです。

第三章では、あなたのこれまでを振り返ったり、今の自分について考えていきます。あなたがあなた自身について、よく知るためのきっかけになると良いですね。

今までのことを振り返ってみよう

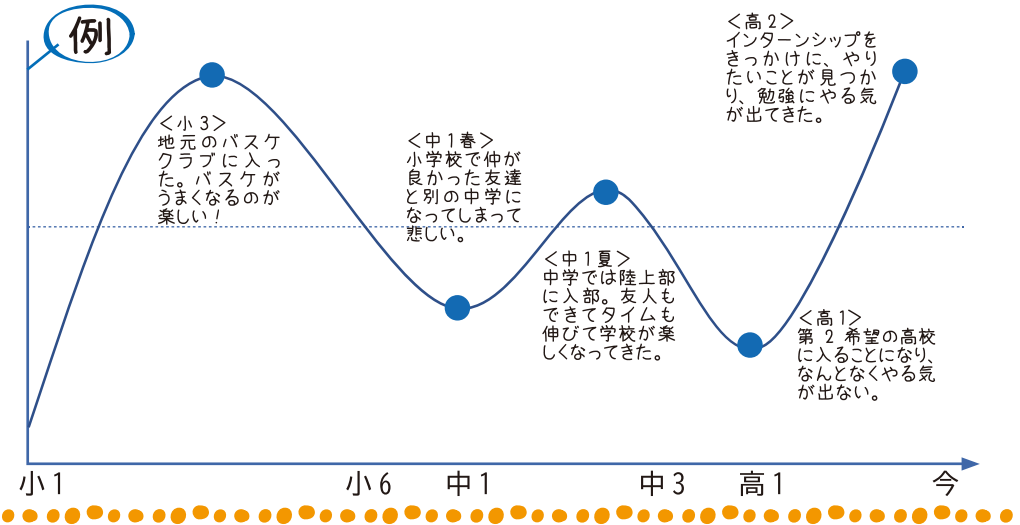
(モチベーショングラフ)

モチベーション グラフって何？

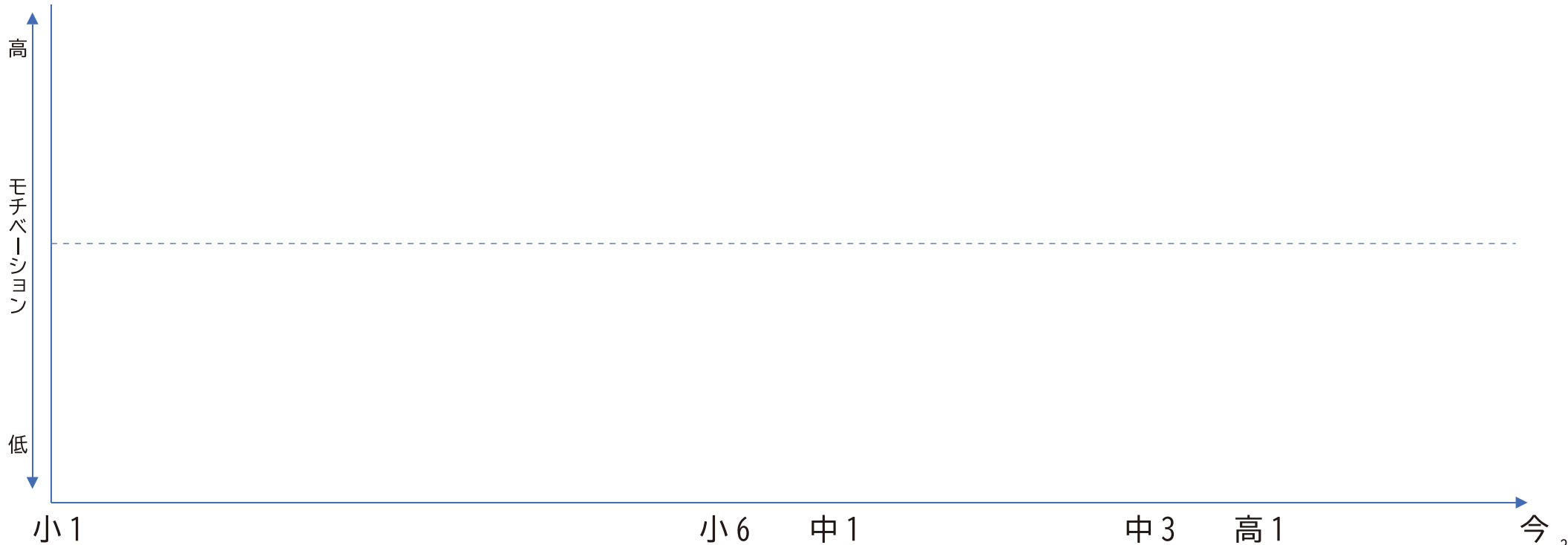
ある一定の時期から現在までを振り返り、自分がどんな時にモチベーションが上がる／下がるのか、それはなぜかを考えることで自分の考え方や特徴を理解するものです。

<書き方>

- ① 小1から現在までを振り返り、あなたのモチベーション（やる気）がどのように変化したか記入しましょう。
- ② モチベーションに変化があったところで何が起きたのか、出来事も記入してください。
- ③ ②の出来事のときの感情や環境、人間関係など、思い出せる限り書いてみましょう。



あなたの「小1～これまで」を振り返ってみよう



今の自分について知る ワークシート

将来・キャリアを考えるためには、「自分について知ること」がとても大切なことです。「興味」「能力」「価値観」の3つの観点から、自分について考え、書き入れてみましょう（思いつく限りたくさん書いてみてください）。

興味を持てて、自分の能力も活かして、働く意味を見いだせる、そんな仕事が今後見つければベストかもしれませんが、「この仕事に興味があるけど、得意じゃない」とか、「あまり興味のない仕事だけど、社長がとても素敵な人でこの人と一緒に働きたい」といったこともあると思います。それでも良いのです。

これからみなさんは様々な経験を経て、興味も能力も価値観も変化していきます。興味のなかったことに興味を持ったり、できなかったことができるようになったりします。今の自分について理解することで、これから変化するためのきっかけをつかめると良いですね。

できること・得意なことがなかなか書けない人は…

- ・人と比べず、自分の中でしいて言えば得意なことを考えてみよう
- ・周りの人に聞いてみよう
- ・今までクラスや部活などでどんな役割を担ってきたか振り返ってみよう

【能力】
あなたが
できること／
得意なこと

【興味】
あなたが
好きなこと／
興味あること

【価値観】
あなたは
何のために働く？

好きなこと・興味があることがなかなか書けない人は…

- ・何かを続けてきた経験を振り返って、どうして続けられたのか考えてみよう
- ・「好き」とまでいかなくても、「嫌いではないこと」を挙げてみよう
- ・「楽しい」と感じる時はどんなときか考えてみよう

何のために働くのか、なかなか書けない人は…

- ・社会人の方に直接会う、またはインタビューなどを見て、「共感するな」という考え方を挙げてみよう
(P.7～16、20なども参考にしてみてください)
- ・普段自分が大切にしている考え方を挙げてみよう

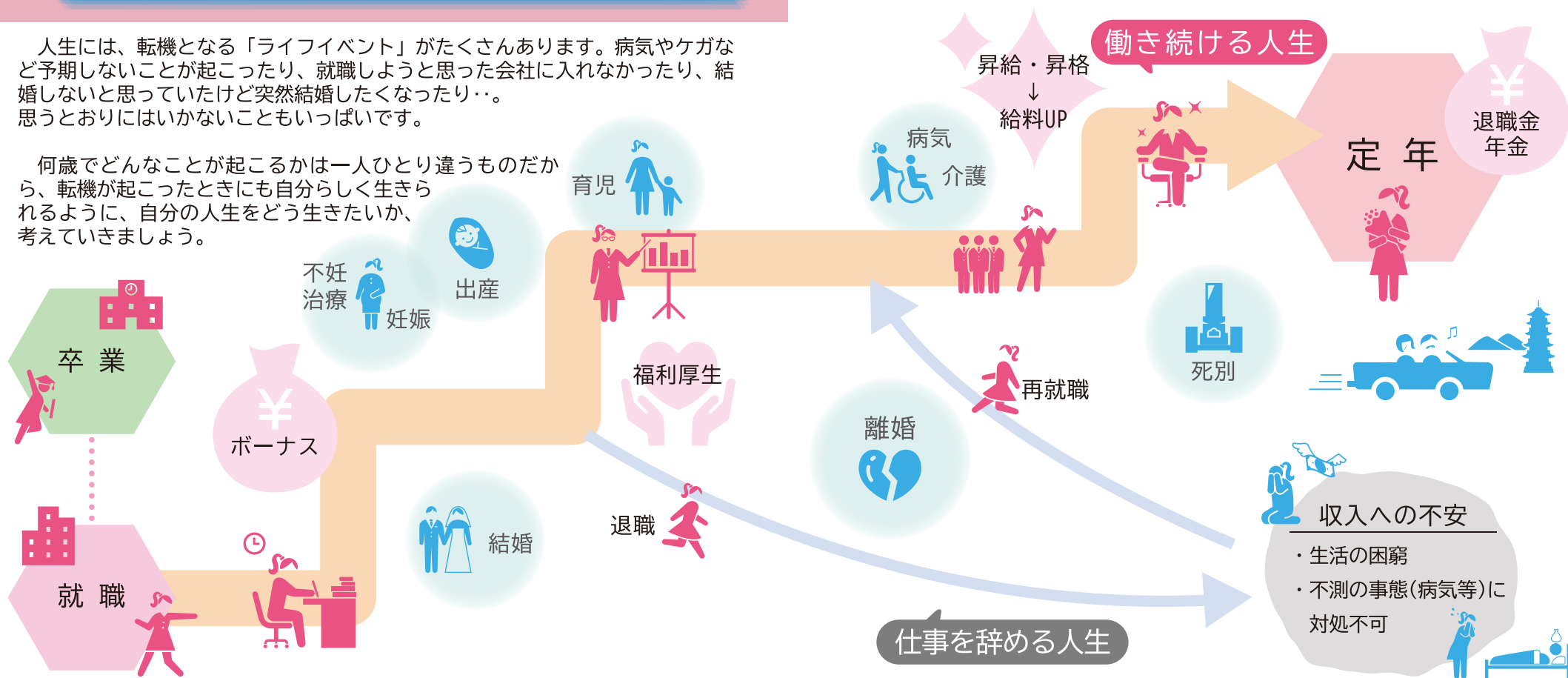


自分で考えるだけでは限界があることも。部活やインターシップ、課外活動など様々なことにまずはチャレンジしてみて、その時どう自分の感情が変化したか振り返ると良いですよ！

人生には「転機」がいっぱい！

人生には、転機となる「ライフイベント」がたくさんあります。病気やケガなど予期しないことが起こったり、就職しようと思った会社に入らなかったり、結婚しないと思っていたけど突然結婚したくなったり…。思うとおりにはいかないこともいっぱいです。

何歳でどんなことが起こるかは一人ひとり違うものだから、転機が起こったときにも自分らしく生きられるように、自分の人生をどう生きたいか、考えていきましょう。



あなたにとっての「楽しい人生」って？

〇歳の自分はどうなっていたいですか？理想のシチュエーションを考えましょう！
「誰と どんな風に 何をしている？」を意識して書きましょう。

第四章

「生活する」について考えよう！

愛知県男女共同参画推進課の
YouTubeでP.29～32の内容を
動画で確認することができます。



将来＝仕事、だけではない！

「将来について考えよう」と言われたときに、パッと「将来＝仕事」と思い浮かべる人は多いのではないのでしょうか。確かに、社会に出ると1日あたり約8時間を仕事に充てることとなります。しかし、1日は24時間。睡眠時間を除けば、仕事や通勤以外に使う時間は約6～8時間となります。あなたはその時間を、どのように使おうと思いますか？

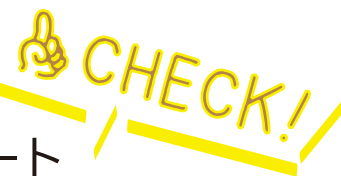
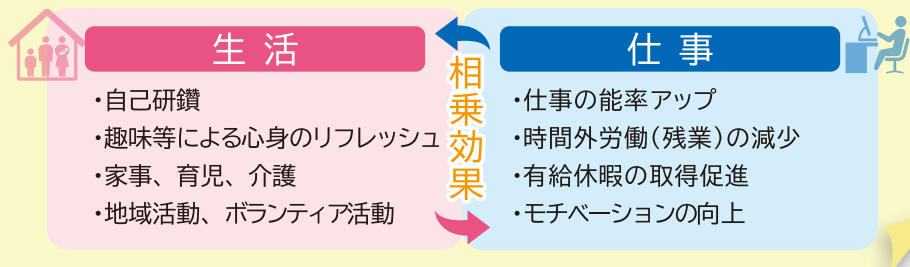
人間は生まれてから死ぬまで、様々な「役割」を担うと言われています。仕事をするだけでなく、結婚すれば夫または妻、子どもが生まれれば親、その他にも地域社会の一員など…。その時間をイキイキ過ごせるためにはどのような考え方が必要なのか、第四章では考えていきます。

ワーク・ライフ・バランスってなに？

人々の働き方に関する意識や環境が社会経済構造の変化に適應しきれず、仕事と生活が両立しにくい現実に直面しつつある中、誰もがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たす一方で、個人の時間を持てる健康で豊かな生活が送れることが大切です。

「ワーク・ライフ・バランス」とは、「仕事と生活の調和」を意味し、「生活の充実により仕事がかどり、上手く進む」、「仕事が上手いきき、私生活も充実する」というように、仕事と生活の充実により、それぞれに相乗効果をもたらすことを言います。

みんなが仕事でも生活でも活躍できる社会はとても素敵ですね。



ジェンダーに関するチェックシート

あなたが「そう思う」と感じるものに○をつけましょう。

No.	内容	今の自分	親世代	15年後の自分
1	運動部のマネージャーは、女子の方が向いていると思う。			
2	運動会の応援団長は、男子の方が向いていると思う。			
3	女子は文系、男子は理系の勉強に向いていると思う。			
4	「男のくせに」「女のくせに」と思うことがある。			
5	子どもが小さいうちは、母親がそばにいてあげたほうがいい。			
6	男性は、家庭よりも仕事を優先した方がいい。			
7	結婚したら、夫は妻子を養うのが当たり前だと思う。			
8	母親が仕事をするのはいいことだけど、家事を手抜きしたらいけないと思う。			
9	将来自分の子どもが女の子だったら、優しくかわいらしい子に育てたい。			
10	将来自分の子どもが男の子だったら、強くたくましい子に育てたい。			
11	力仕事は、男性がやった方がいい。			
12	「看護師」は、男性より女性の方が向いている職業だと思う。			
13	「自動車整備士」は、女性より男性の方が向いている職業だと思う。			
14	「会社の社長」と聞くと、男性を思い浮かべる。			
15	子どものいる女性には、残業をさせたらかわいそうだと思う。			

あなたはいくつ○がつきましたか？
数えられたら次のページを確認しましょう！

周りの人と
話し合ってみよう

ジェンダーに関するチェックシート 振り返り

近くの人と3～4人で、どんな項目にどれくらい丸がついたか、周りの人はどうだったか、どんなことに気がついたか、等について話し合ってみましょう。

ジェンダーチェックシートにチェックしてみて、また、周りの人と意見交換してみて気づいたこと、考えたことなどを書きましょう

前ページのジェンダーチェックシートを行ってみて、どうでしたか？この「ジェンダーチェックシート」は、みなさんがどれくらい「男なら…」「女なら…」といったことを意識しているのか、考えるためのチェックシートです。

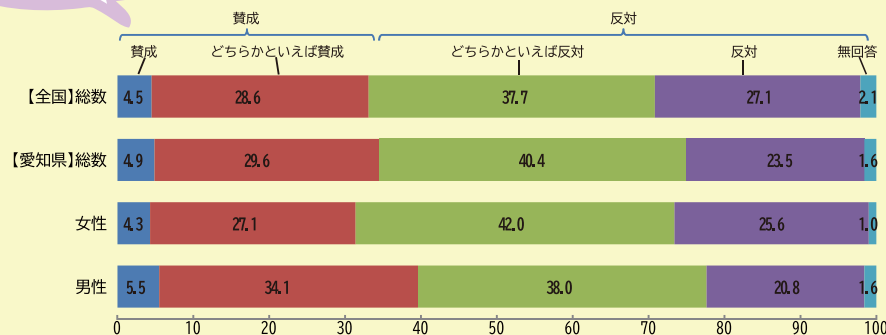
「〇がたくさんついた」という人も、「〇がほとんどなかった」という人も、「周りの人と違うところに〇がついた」という人もいると思います。〇がたくさんついた人は、これまでに「女ならば…」「男だから…」という言葉を自分の周りで聞くことが多かった人かもしれません。また、〇が少なかった人は、今までに「男」「女」という視点で話をされたことがあまりなかったのではないのでしょうか。

周りの友だちでも考え方が違うように、世の中には色々な考え方を持っている人がいます。それぞれが持つ考え方を否定する必要はありません。ただ、「女ならこうすべきだ」とか、「そんな男らしくない」といった考え方を他者に押しつけることは、相手が苦しくなったり傷ついたりすることにつながることもあります。

「自分の考えは普通」と過信せずに、相手の想いを尊重しながら、考えをすりあわせられると良いですね。

みんなで
考えよう①

「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき」という
考え方について、どう思いますか？



資料：愛知県「男女共同参画意識に関する調査」(2024年)
全 国 内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」(2024年)

このグラフは「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき」という考え方についての調査結果です。このグラフから読み取れることは何でしょうか。また、このグラフを見て、感じたことを周りの人と話し合ってみましょう。



女の子なのによく食べるね

男の子なのに字がきれいだね

みんなで
考えよう②



こういった言葉を聞くことはありませんか？
実はこういった言葉は「**マイクロアグレッション**」と言い、言った側は全く悪気がなくても、言われた側は傷ついているかもしれない言葉なんです。

マイクロアグレッションは英語で「microaggression」と表記されます。小さいを意味するマイクロ (micro) と、攻撃を意味するアグレッション (aggression) の2つの言葉が組み合わさってできた言葉です。

マイクロアグレッションは、性別に関する「男の子なのに●●だね」とか、「女の子なのに■だね」といったものの他、人種に関するものもよく見受けられます。外国人のように見える人に対して、「どこの国から来たのですか」とか、「日本語がお上手ですね」と言うのは、一見何の問題もないように見えます。しかしその発言の裏には、「外国人（のように見える人）が、日本で生まれ育っているわけがない。外国から来たのだらう」とか、「外国人がこんなに上手に日本語を話せるわけがない」といった無意識の偏見「**アンコンシャスバイアス**」から生まれるものです。

皆さんだったら、**マイクロアグレッション**をなくすために何をしますか？みんなで意見交換をしてみましょう。

仕事と家庭ってどう両立してるの？ ～育児休業を取得した男性社員にインタビュー～



プロフィール

株式会社コーワ 製造部 製造課
原 克行（はら かつゆき）さん

大学院卒業後、2015 年に新卒入社。営業部で自動車部品メーカーへの営業を経験した後、2020 年から現在の部署に。一児の父。

お仕事の内容を教えてください。

工業用ブラシの製造をしています。私は主にロールブラシの製造現場で働いています。

育児休業はいつごろ取得されましたか？

2023 年 8 月の中旬から 9 月中旬までの 1 か月間です。

育児休業を取得した理由を教えてください。

産後 1 か月が大変だと聞いていたので、手助けをしたいと思います。また、新生児のうちは変化が大きいので、成長を見届けたいというもありました。

会社の制度としては育児休業を取りやすく、みんなで分担し、フォローし合えるような体制ができていたので、しっかりと取ることができました。

私の部署では、ちょうど今週末から育児休業をとる人もいますよ。育児休業を積極的に取る男性社員は多いです。



育児休業を取得してよかったことは何ですか？

やはり子どもの成長を見ることができたのがいちばん大きいです。日々顔を見ることができ、変化を見ることができました。

妻はなかなか身動きが取れないので、自分が必要なものを買い出しに行ったりして、妻からは助かったと言ってもらえました。また、家族との仲も深めることができました。

逆に育児休業を取得して大変だったことは何ですか？

夜泣きが大変でした。夜中にミルクを準備することもあり、寝不足になりました。生まれたばかりで、子育ても初めてなので、なんで泣いているか分からなくて四苦八苦しました。

職場に復帰してからも定時で帰るようにして、子育てを続けています。

本当に全部大変だったのですが、**育児休業期間は、仕事のことを考えずに子育てに集中できたのと、両親・義両親のフォローもあったので良かったです。**

これから将来を決める中高生へのメッセージをお願いします。

将来を決めるのに、自分がやりたいことを 1 番に考えて決めて欲しいと思います。お休みや給与、福利厚生など、条件はいろいろあると思いますが、何よりやりたいことを大切に決めて、長続きすると思います。

育児休業については、今は男性も取りやすい環境で、私の友人も育児休業をとって子育てしている人は多いです。積極的に取得して、育児に参加すると良いと思います。子どもの成長も見られ、子育てを経験することで、愛情も深まります。

原さんが働いている会社はコチラ！

株式会社コーワ

本社所在地 / あま市
業務内容 / 1935 年に刷毛刷子製造業として創業以来、工業製品用ブラシを主力とした約 90 年の歴史がある老舗企業です。2007 年には「愛知ブランド企業」として認定され、近年では NBG という自社ブランドを立ち上げたことがきっかけでメディア露出も増えており、日々新しいことに挑戦し取り組んでいます。



※掲載されている情報は 2025 年 7 月現在のものです。

第五章

愛知県・国の取り組みを知ろう

働く前に知っておきたい基礎知識

愛知県の取組について

あいち女性輝きカンパニー 認証制度

女性の活躍に向け、トップの意識表明や採用拡大、職域拡大、育成、管理職登用のほか、ワーク・ライフ・バランスの推進や働きながら育児・介護ができる環境づくりなどの取組を行っている企業等を愛知県が認証しています。



愛知県休み方改革 マイスター企業 認定制度

年次有給休暇の取得及び多様な特別休暇の導入を積極的に推進している中小企業等をゴールド・シルバー・ブロンズの3区分で認定しています。



愛知県ファミリー・ フレンドリー企業 登録制度



従業員が、仕事と育児・介護・地域活動などを両立できるよう積極的に取り組む企業等を愛知県が登録しています。



国の取組について

女性活躍推進法に基づく えるぼし認定・プラチナえるぼし認定

女性活躍推進法に基づき、女性の活躍推進に関する取組の実施状況が優良な企業等を厚生労働省が認定（えるぼし認定）しています。評価項目を満たす項目数に応じて認定は3段階あります。さらに、えるぼし認定を受けた事業主のうち、一般事業主行動計画の目標達成や女性の活躍推進に関する取組の実施状況が特に優良である等の一定の要件を満たした企業等を厚生労働省が認定（プラチナえるぼし認定）しています。



次世代育成支援対策 推進法に基づく くるみん・プラチナくるみん ・トライくるみん認定

次世代育成支援対策推進法に基づき、一定の基準を満たした企業等を、「子育てサポート企業」として厚生労働省が認定しています。



若年雇用促進法に基づく ユースエール認定制度

若年雇用促進法に基づき、若者の採用・育成に積極的で、若者の雇用管理の状況などが優良な中小企業を厚生労働省が認定しています。



あいち女性の活躍促進プロジェクト

「女性が元気に働き続けられる愛知」の実現に向け、働く場における女性の「定着」と「活躍」の拡大を図るため、県庁内に副知事をリーダーとして、関係事業監及び課室長をメンバーとする部局横断的なプロジェクトチームを設置（2013年9月～）し、全庁を挙げて女性の活躍促進プロジェクト事業を実施しています。



定着 ～女性が働き続けられるために～

- 課題1 女性の活躍に向けた気運の醸成
- 課題2 保育サービスの一層の充実
- 課題3 ワーク・ライフ・バランスの推進
- 課題4 女性の再就職及び起業の支援

活躍 ～女性の活躍の場を拡大するために～

- 課題1 女性の人材育成強化及び職域の拡大
- 課題2 女性のキャリア形成のための環境整備
- 課題3 進路選択の支援

＝ 女性が元気に働き続けられる愛知

主な取組

女性の活躍に向けた気運の醸成

- ・あいち女性の活躍促進会議の開催
- ・あいち女性の活躍促進サミットの開催
- ・「女性の活躍促進宣言」の募集
- ・「あいち女性輝きカンパニー」の認証
- ・コーディネーターによる企業の取組支援
- ・女性の活躍プロモーションリーダーと連携した中小企業の取組促進
- ・中小企業における女性活躍の推進
- ・女性の活躍企業の魅力発信
- ・あいち国際女性映画祭の開催
- ・愛知の住みやすさの発信
- ・あいち・ウーマノミクス研究会の開催
- ・東三河地域におけるフェムテック産業の推進
- ・首都圏等からのU・I・Jターン促進

保育サービスの一層の充実

- ・病児・病後児保育の整備促進
- ・放課後児童クラブの整備促進

ワーク・ライフ・バランスの推進

- ・仕事と生活の両立支援の促進
- ・男性の育児への主体的な参画の促進
- ・男性育児休業の取得促進
- ・中小企業等へのテレワーク導入支援
- ・働き方改革の支援
- ・有給休暇の取得促進

女性の再就職及び起業の支援

- ・出産、子育て等で離職した女性の再就職支援
- ・看護職員の再就職支援（ナースセンターのサテライト展開）
- ・女性起業家の育成

進路選択の支援

- ・キャリアプラン早期育成による進路・職業選択支援
- ・男女共同参画を推進する高校生の育成
- ・女子大学生への女性活躍推進企業のPR

女性の人材育成強化及び職域の拡大

- ・女性管理職養成セミナーの開催
- ・市町村女性職員を対象とした、女性の活躍に係る意識啓発セミナーの開催
- ・女性農業者の政策や方針決定の場への参画支援

女性のキャリア形成のための環境整備

- ・女性活躍のための環境支援セミナーの開催
- ・県庁における職員の意識改革

詳しくは、「あいち女性の活躍促進応援サイト」をご覧ください。

あいち女性の活躍促進応援サイト



まとめ

イキイキと生きるために

～これから生きるみなさんへのエール～

「夢がある」ってどういうこと？

「夢がある」「夢がない」というとき使われている「夢」とはどんな意味なのでしょう。おそらく限りなく「職業」に近いのではないのでしょうか。つまり「将来〇〇になりたい」という言葉を「夢」ととらえているように思います。

「大道芸人として日本中を笑わせたい」と語る小学生がいたときに、周りの大人には「そうなんだ…へえ…」と微妙な反応をする人もいるでしょう。一方で「世界中の病気を治せる医者になりたい」という言葉を聞いたときは「ぜひ頑張って！夢が叶うように応援するよ」と言う大人が多いかもしれません。また、小さい子どもと遊ぶのが上手な小学生男子が「保育士になりたい」と言ったとき、科学者の伝記に感動した小学生女子が「NASA で宇宙飛行士になりたい」と言ったとき、素直に応援できない大人がいるかもしれません。では、この違いはなぜ起きているのでしょうか。

「夢を持って」といいながら、大人が望ましいと思う「夢A」「夢B」「夢C」でなければ、「その夢じゃなくて別の夢はないのかな」という空気が醸し出されることがあります。そんな「大人に期待される夢」を早期に持つことが、自分の人生を豊かにすることでしょうか？

周りの言葉や環境によって、描いていた夢を否定されたような気持ちになることもあるかもしれませんが、それを気にしすぎないでください。もちろん、自分の夢が「大人に期待される夢」と同じであっても、それがダメなわけでもありません。

大事なことは、様々な経験をして、たくさんの人に出会って、様々な考え方に触れた上で、自分の頭で考えて、自分の気持ちをちゃんと考えて選択を行うことなのです。



「夢はみつかる」

夢は見つけようとするものではなく、生き方次第で自然に見つかるものです。そもそも人はそれを追いかけているとき「夢だから」とやっているのではなく、「それが好きだから」「そうしたいから」やっているのです。小さいころに思い浮かべた「夢」とは違う人生を選んで生きる人もいます。でも、そうして生きている人も、それぞれに自分の日常を精一杯楽しく生きている。大切なのは「夢探し」ではないのです。

ではどう生きていけば「夢はみつかる」のでしょうか。私たちの人生はたくさんの「偶然」にあふれています。それをどう活かせるかで、人生が変わります。たまたま出会った人、行くことになった場所、やることになったこと、それらにどう向き合い、どう関わって行くか、その一つ一つがあなたの可能性を広げてくれます。やりたいことがある人はそれを頑張る。そうじゃない人は、いろんな機会に参加してみる。今気になることや今やらなくてはならないことを、やる前から「つまらないかも」「面白くないよ」「向いてない」と決めつけずに、ちゃんとやってみる。ひとつひとつのそんな小さな行動が大切なんです。

一つの夢を追いかけて叶わなかったとしても、十分やりきった人にはまた、次の機会がやってきます。**好奇心を持ち、可能性を信じ、すぐにメリットがあるとかないと思わずに、失敗を気にせずやっていくこと、それがみなさん自身の人生を「イイ感じ」に創っていく大切なコツです。**夢は、そんなあなたの前に現れるものなのです。

第1章及びまとめの執筆

しばた ともこ
柴田 朋子さん

JUNO（ユーノー）代表 キャリアコンサルタント

愛知県在住。1984年大学卒業後、株式会社リクルートに入社。求人情報誌の編集者に。名古屋支社初の産休取得。夫と死別し一人親として2人の娘を育てる中で、女性の生き方、キャリア形成に関心を深める。2000年瀬戸市役所に中途入社。キャリア教育、商業振興、社会起業創出事業などに携わる。2013年、キャリアコンサルタントとして独立。「一人一人が自分らしく自立して生きる」ことを広く支援している。

