



キャリアデザイン 演習B

第1講
ガイダンス



•映像を見てください

2014年近畿大学卒業式 伝説のスピーチ

10年経って現実になっていること（1）

世界中のすごい人たち、頭のいい人たちは、どんどん皆さんが知らないうちに、新しい技術を開発して、勝手に世の中を変えていってしまっています。

AI(チャットGPT)

10年経って現実になっていること（2）

権威が当たり前じゃなくて、もうアテにならない時代になってくると思います。

日本の国際競争力の低下

10年経って現実になっていること（3）

今の常識は、10年後・20年後は、全く通用しないようになってきている可能性は非常に高いです。

LGBTQ セクハラ・パワハラ

堀江貴文氏のスピーチから

- 世界中の様々な情報を自分で頭の中に入れて考えて**自分なりの判断**ができるようになる。
 - 努力をしない人たちというのは、**取り残されていく**。厳しい社会がこれから待ち受けてます。
 - **常識に縛られない**こと。未来のことなんかわからない。老後のことは老後になってから考えましょう。
 - これから生きて行くうえで大事なことは、**目先のことに集中する**こと。まずそれをやらない限り何も始まらない。
-

- 映像を見てください

将来なりたい姿を描き実現するには

将来なりたい姿を描き実現するには

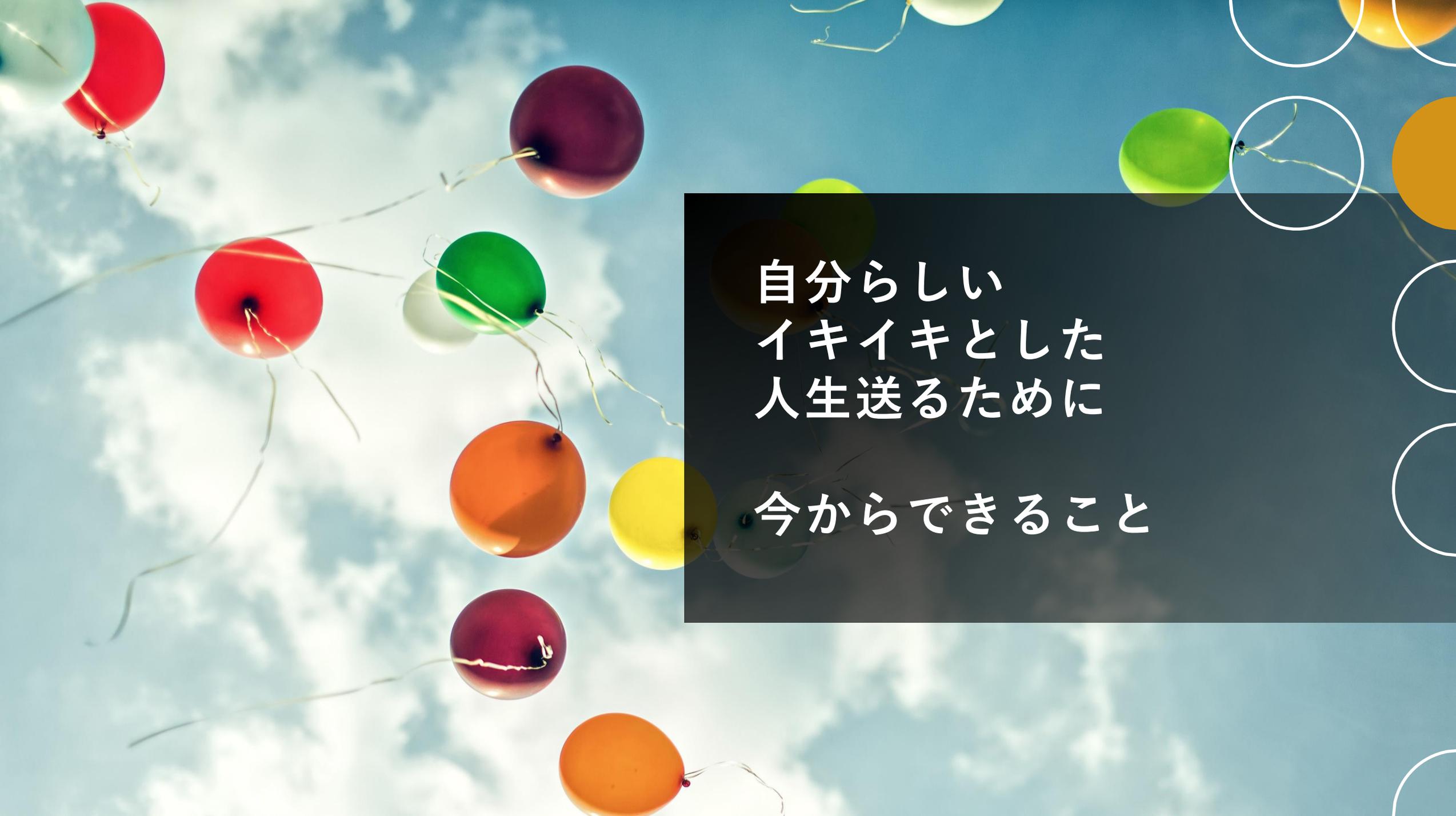
・孫正義氏が言いたかったことを○×で答えてください

- ✖ 家族のためなら仕方なく嫌な仕事でもやらなければならない
 - ✖ 生活のためにお金を稼ぐ働き方をしなければならない
 - ③ 他人のためではない自分のために生きる
 - ④ 最後まで諦めない人だけが夢をかなえることができる
-

キャリアデザインはなぜ必要？

- 将来なりたい姿（**夢やビジョン**）を実現するため
- **自分らしく**イキイキとした人生を送るため
- そのために、自分の**価値観**を大切にして
- **職業**を核とした人生を主体的に設計する





自分らしい
イキイキとした
人生送るために

今からできること



自分の心（**価値観**）
にウソをつかない
仕事選びをすること



人の言いなりにならず
自身で決断できる
生き方をすること

私のキャリアを紹介します

・外的キャリア

- ・ 職歴など履歴書に記入する内容
- ・ 他人から見える

・内的キャリア

- ・ 自分の内側にある譲れない価値観
- ・ 他人からは見えない



8年前

外的キャリア

- 1962年小樽市出身（今年61歳）
- 北海道大学工学部卒業
- 精密機器メーカーに就職東京へ
- 30代で北海道に戻り一回目の起業
- 40歳で会社を買収されて再び東京へ
- 50歳で北海道に戻り小樽で二回目の起業
- 会社経営＋大学講師＋まちおこし活動

松代弘之です



内的キャリア

- 自分自身が**共感**し、社会に**共感**される
 - **仕事やまちおこし活動**を通じて
 - 若者を地域や社会の**リーダーに育成**し
 - 地域や社会の**課題を解決**することで
 - **人々の幸せ**に貢献しようとする生き方
-

A middle-aged man with short, dark hair is speaking into a silver microphone. He is wearing a dark jacket over a light-colored shirt. His right hand is raised, with his index finger pointing upwards. The background is a plain, light-colored wall. In the bottom right corner, there are several decorative circles: one solid yellow circle and several white outlines of circles of varying sizes.

未来を楽しく生きるために

LIFE SHIFT

ライフ
シフト

100年時代の 人生戦略

リンダ・グラットン / アンドリュー・スコット 著
Lynda Gratton / Andrew Scott

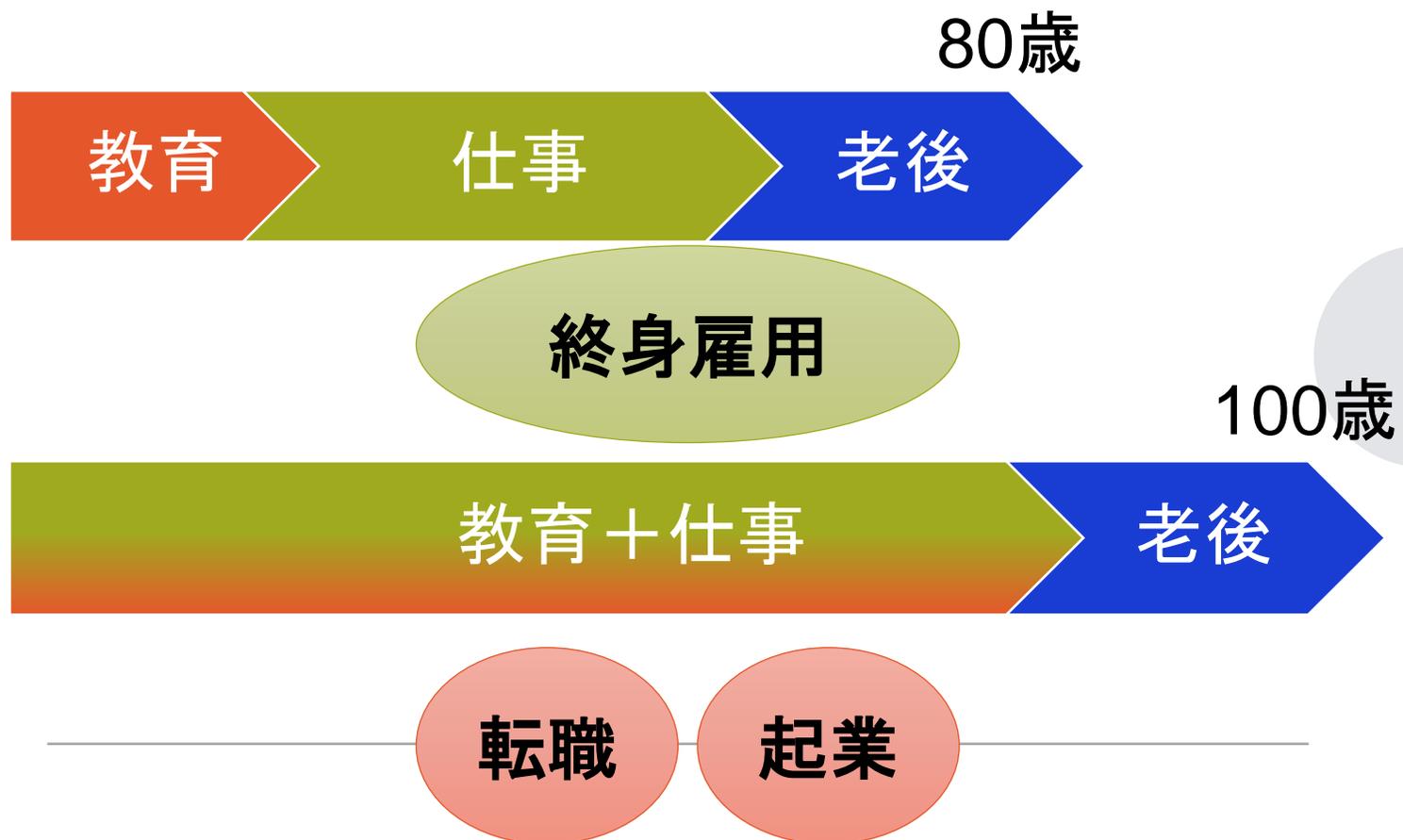
池村千秋 訳
Chiaki Ikemura

2007年生まれの日本人の50%
以上が105歳まで生きる

東洋経済新報社

The 100-Year Life
Living and Working
in an Age of Longevity

人生100年時代の働き方



例えば…



安全な水とトイレ
を世界中に



新たな
価値観

新たな
知識

転職



新たな
興味

新たな
行動



新たな
人脈

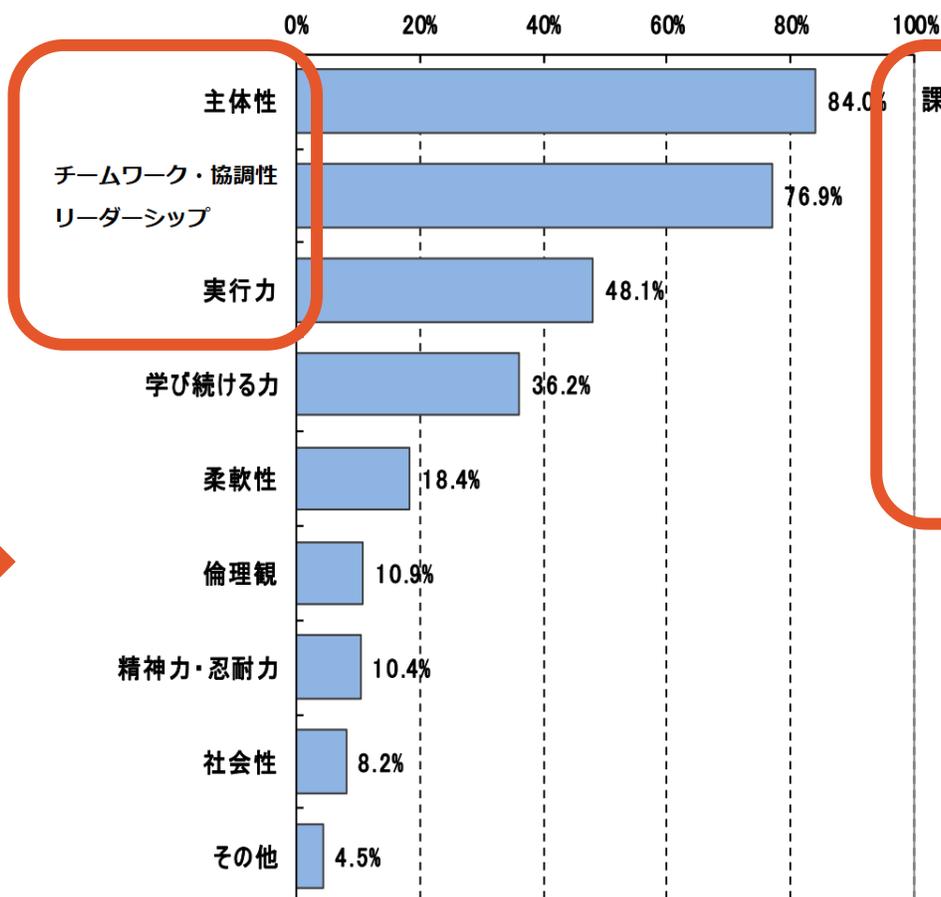


キャリアデザイン演習Bについて解説します

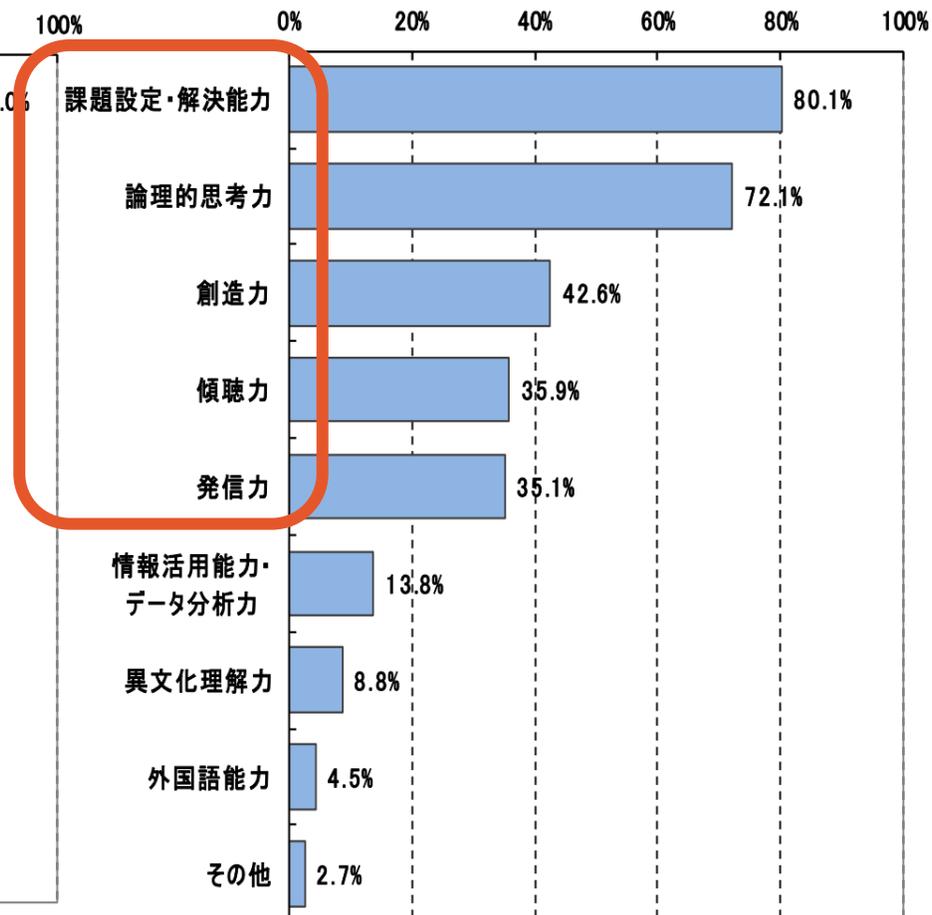
1. 授業 の狙い

これらの資質と能力の
いくつかを卒業までに
身に付けて欲しい

<特に期待する資質>



<特に期待する能力>



堀江貴文氏のスピーチから

- 課題解決に対して、様々な情報を自分で頭の中に入れて考えて、**自分なりの判断**ができて、**主体的に行動できる**人材が求められる。
-

2. 到達目標

- ① 社会人として必要なコミュニケーション能力
 - ② 他者と協調しながら積極的に問題を解決する力
 - ③ アイディアを生み出し新しい価値を創造する力
 - ④ 自分の強みを理解して自己をアピールできる力
 - ⑤ 論理的な思考に基づき意見を述べることができる力
-



コミュ力は特別な能力か？

コミュ力高いのはどんな人？

1. 空気を読むのがうまい人 ← 意見を言わずに、穏便にすまそうとしてないか
 2. とても乗りがいい人 ← 嫌なことでも、まわりに調子を合わせていないか
 3. みんなの前で堂々と発表できる人 ← 自分の考えだけを押し通してないか
 4. まわりを笑わせるのがうまい人 ← 誰かをいじって笑いをとってないか
 5. 友だちがたくさんいる人 ← 中心にいる人が一方的に話してないか
-

コミュニケーションの基本はたったの二つ

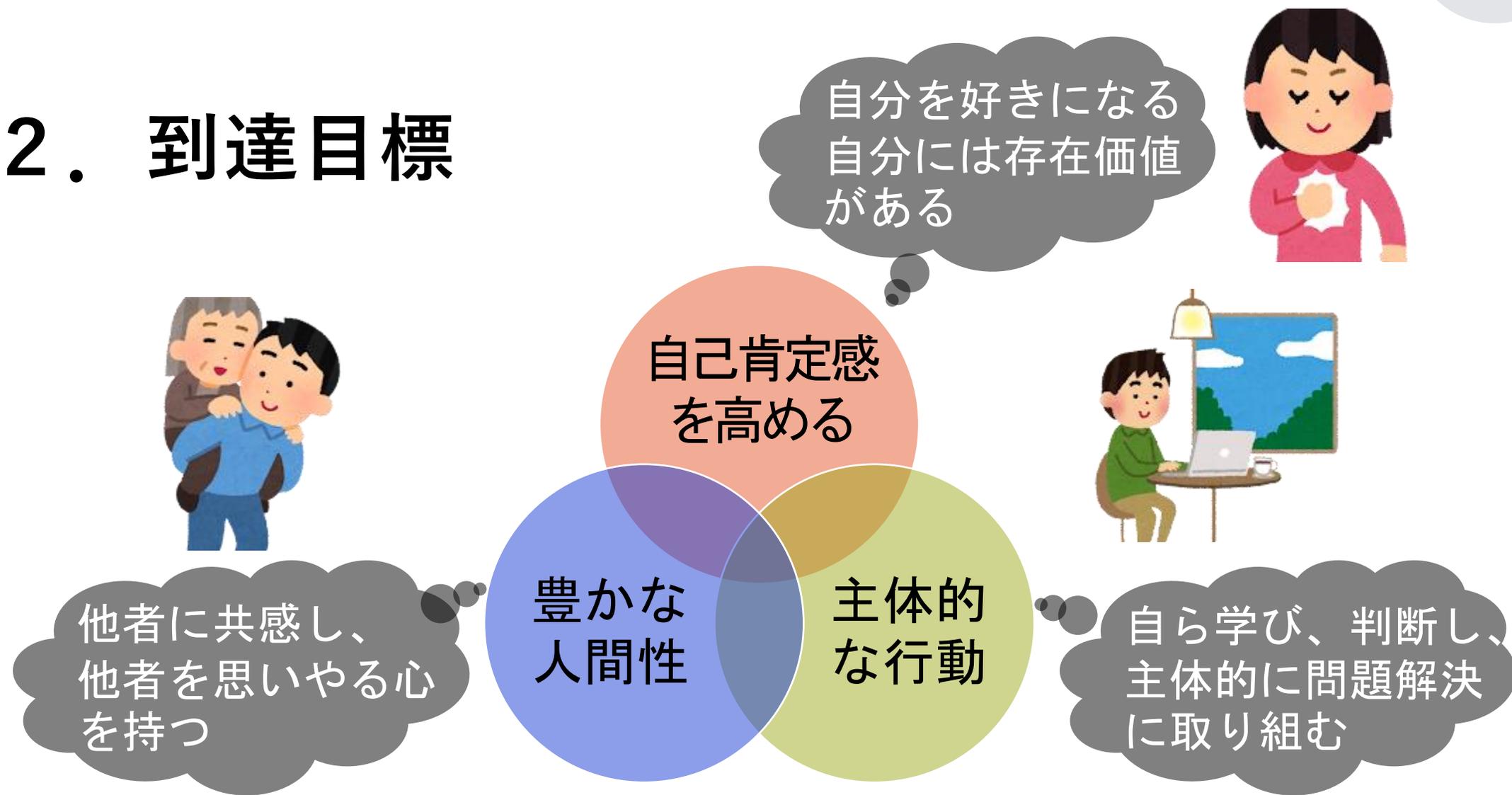
相手のことを思いやる

- 相手の話をちゃんと聞く
- 相手の価値観を理解して受け入れる
- 相手の気持ちを考えた言い方や伝え方をする

自分の意思を伝える

- 賛否を明確に伝える
- 嫌なことはきっぱり断る
- 反対意見を持ったまま議論を終わらせない（場に流されない）

2. 到達目標



自己肯定感を高める ワンポイントアドバイス



前を向き
少しでも進歩した自分を褒める



比較対象ではなく
目標対象にする

3. 授業の進め方

- ① 基本的に毎回異なるメンバーによる **グループ学習** を行う。
 - ② グループは概ね 4～8 名を 1 グループとする。グループ分けは毎回指定。
 - ③ 各回では、毎回与えられるテーマに従って、グループ単位で問題を解決するための討論や作業を行う。場合によっては、それらを全体に発表する。
 - ④ 個人単位では、各回の最後に振り返りと課題に取り組む時間を設け、**毎回レポートを作成しmoodleから提出**する。
-

4. 時間外学習について

- 基本的には、テーマは各回の授業の中で完結するが、時間外にもテーマへの理解を深めるために、次回のテーマに関して必ず示唆を与える。そこでテーマに関する事前知識を調べることが必要となる。
 - **予習課題が出される週もあるので欠席した場合でも必ず前日までに moodle にログインして予習課題に取り組むこと。**
-



学外体験について

まちおこし研究会に参加しよう！

5. 学外体験について

- 学外の社会人や地域住民や他校の学生と活動することで、コミュニケーションスキルが高まるとともに、エントリーシートや就活時の面接で問われる「**学生時代に力を入れたこと（ガクチカ）**」のエピソードに活用することができる。
 - **ボランティア活動や地域を活性化する活動に興味のある学生**
 - **仲間たちとイベントを企画して運営したい学生**
 - **サークル活動を通じて友達を作り大学生活を充実させたい学生**
-

まちおこし研究会 2022年度の活動

- 国際スポーツ雪かき選手権
- 雪かきをスポーツ競技化した「スポーツ雪かき」を通じて、若者が主体となって高齢者の除雪問題を解決し、地域コミュニティを活性化する



地域の除雪問題に一役
小樽でスポーツ雪かき選手権



雪かきは スポーツだー

まちおこし研究会 2022年度の活動

- **スマホ教室**
- 若者が高齢者にスマホの使い方を教え、SNSを通じて交流を促進するとともに、町会行事にも参加して地域コミュニティを活性化する





まちおこし研究会 2022年度の活動

- 修学旅行生との交流
プログラム
- 修学旅行における中学高
校生と大学生との交流を
メインにした新たな体験
プログラムを開発する







交通費が支給されます！

- 国際スポーツ雪かき選手権、スマホ教室など、活動のほとんどが小樽市で実施します
 - 参加者には自宅最寄駅やバス停から小樽市までの交通費が支給されます
 - 活動終了後は、友人たちと**小樽市を観光**できます！
-

学生時代にやってほしいこと

- 失敗を恐れず挑戦すること
- 何かに興味を持ち夢中になること
- 人の役に立って感謝されること



A young man with dark, curly hair is shown in profile, looking towards the left. He is wearing a bright orange, shiny jacket and dark pants. The background is a clear blue sky. In the top right corner, there are several decorative circles: one solid yellow circle and several white outlines of circles of varying sizes. The overall composition is dynamic and energetic.

挑戦とは

できるかできないかではなく

A young man with dark, curly hair is shown in profile, looking towards the left. He is wearing a bright orange, shiny jacket and dark pants. The background is a clear blue sky. In the top right corner, there are several decorative circles: one solid yellow circle and several white outlines of circles of varying sizes. The overall composition is dynamic and energetic.

挑戦とは

やる か やらないか だ

説明会のお知らせ

- | | |
|------------------------|-------------|
| ・ C205教室(江別キャンパス) | 12:20~13:00 |
| ・ 社会連携センター(新札幌キャンパス1階) | 12:20~13:00 |
| ・ 社会連携センター(新札幌キャンパス1階) | 16:30~17:30 |

このあと
すぐ!

勧誘ウィークのお知らせ

- ・ 新札幌キャンパス 4/28(金)と5/1(月)のお昼休み
-

6. 履修上の諸注意

- 同内容の講義で複数クラス開講しているが、**履修登録後のクラスの変更はできない。**
 - また、**他の曜日でのクラスへの振り替えもできない。**
-

7. 評価方法

- ① 毎回の課題レポート（10点満点×14回の6割（**84点以上**）を合格とする。
 - ② 公認欠席、忌引き欠席、通院を示す書類（後日提出可）を提出した病欠以外の欠席回数が5回を超えた場合は単位を与えない。
-

8. 諸注意

- ①公認欠席：大学所定の用紙を教員に提出のこと。（部活、大学公認諸活動）
 - ②忌引き欠席：大学所定の用紙を教員に提出のこと。
 - ③病欠：通院を示す書類（当日の病院の領収書、調剤薬局の領収書）が必要。長期療養の場合には診断書が望ましい。**書類は後日提出可。**
 - **※自宅で具合が悪く寝ていた等の理由は病欠として認められない。**
-

8. 諸注意

- ④遅刻：授業の性質上（後からグループに入ることは難しい）20分を過ぎての入室は認めない。ただし、**交通機関の乱れ等でやむを得ない場合は認める**。その場合は必ず、JRの遅延証明、バスの遅延証明を入手し、証明書に学籍番号、氏名を明記して教員に提出すること。
 - ⑤出欠の記録：毎回、授業開始時刻までに、学生証をカードリーダーにスキャンさせて出席を記録すること。授業開始8分前から記録が可能になる。**授業中SAが出欠をとるダブルチェック体制**
-

9. 履修上の注意（重要）

•別紙の授業計画のように、授業のほとんどが毎回違う他者とコミュニケーションをとりながら、授業を受けていくスタイルである。自己紹介をする場面や気に入らない相手とも話し合う必要がある。皆さんが社会に出る場合にはいずれも避けられない事柄である。この授業では、それらを行うことを皆さんに時には強いることになるが、対人関係が苦手な人は、このようなグループの中での居場所を探す手段を身につけるうえで貴重な機会と捉えて、最後まで受講して欲しい。

9. 履修上の注意（重要）

- 抽選の結果、当選した学生は**必ず履修**して欲しい。
 - 一度も出席しない場合は「**無欠**」評価になるので注意すること。
 - 当選しても出席できない学生は予め履修登録から削除しておくことを勧める。
 - 履修登録後のクラスの変更，学科指定で割り当てされたクラスからの他のクラスへの変更はいかなる理由があっても一切認められない。
-

第1講の課題

4つとも答えた人は10点満点

- 皆さんが大学を卒業後、自分の価値観に基づいた職選びをするために、どのくらい自分を理解しているか？チェックしてみましょう。以下の質問への回答をmoodleからオンラインテキストで提出してください。
 1. あなたの将来の目標や夢は何ですか？
 2. あなたが大事にしていることは何ですか？
 3. あなたが満足感や達成感を得られたのは何をした時ですか？
 4. あなたが周りから褒められたり認められたのは何をした時ですか？
-