



# キャリアデザイン演習B

第1講

ガイダンス

# 抽選方式が変更されました

抽選対象者は**第1講を受講**して尚且つ、  
**アンケート(課題)に答えた**学生

アンケートは授業終了30分前から回答できます  
本日午後6時締切



Gemini

# Geminiさんに聞いてみよう

1

キャリア  
デザイン  
とは何で  
すか？

2

大学時代  
にすべき  
ことを教  
えてくだ  
さい

3

やりたい  
ことが見  
つからな  
い

4

お金持ち  
になるに  
はどうし  
たらいい  
ですか？

5

安定した  
職業を教  
えてくだ  
さい

キャリアデザインとは、  
自分自身の将来のキャリアを  
設計していく考え方です。

Geminiさんが教えてくれたキャリアデザイン

# キャリアデザインを具体的に

具体的には、

- ・ 将来**どのような**仕事や働き方をしたいのか
- ・ **どのような**スキルや経験を身につけたいのか
- ・ そのためには**どのような**行動を取るべきか

などを**明確に**し、**計画的**に行動していくことです。



# キャリアデザインの特徴

従来のキャリアパスのように、企業が用意したレールに乗るのではなく、自分自身の**主体性**を持ってキャリアを築いていくのが特徴です。

仕事を通じて人生の幸福  
を追求し続ける生き方





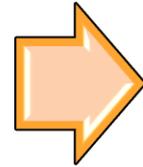
# キャリアデザインのメリット

- より**自分に合った**仕事や働き方ができる
- 将来の**不安を軽減**できる
- 仕事に対する**モチベーション**を高めることができる
- **スキルアップ**や**転職**に有利になる

# キャリアデザインの実践ステップ

## 自己分析

- ・ 自分の強み・弱み、価値観、興味・関心を理解



## 情報収集

- ・ 将来の仕事や働き方に関する情報収集



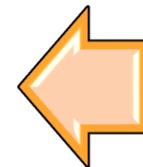
## 目標設定

- ・ 将来のキャリア目標を設定



## 行動

- ・ 目標達成に向けて具体的に行動



## 振り返り

- ・ 定期的に自分のキャリアを振り返り、必要に応じて軌道修正

# Geminiさんに聞いてみよう

1

キャリア  
デザイン  
とは何で  
すか？

2

大学時代  
にすべき  
ことを教  
えてくだ  
さい

3

やりたい  
ことが見  
つからな  
い

4

お金持ち  
になるに  
はどうし  
たらいい  
ですか？

5

安定した  
職業を教  
えてくだ  
さい

1. 収入を増やす：昇進や転職で高収入を目指す
2. 支出を減らす：家計簿をつけ無駄な出費を減らす。節約
3. 投資をする：株式・投資信託を始める。投資の知識
4. 起業する：事業を立ち上げ成功させる
5. 宝くじを当てる：確率が低いので現実的ではない

Geminiさんが教えてくれたお金持ちになる方法

お金持ちになるためには、時間と努力が必要です。

すぐに結果が出なくても、諦めずにコツコツと努力を続けることが大切です。

また、お金持ちになるだけでなく、お金の使い方も重要です。

お金を貯めるだけでなく、自分の人生を豊かにするために、お金を有効活用しましょう。

Geminiさんが教えてくれたお金持ちになる方法



納得のいく回答が得られるまでAIに問い合わせる使い方がおススメ

AIは「壁打ち」  
として使おう

A woman with long dark hair, wearing a bright yellow sweater, is shown in profile from the side, looking intently at a laptop screen. Her hands are on the keyboard. In the background, there is a large computer monitor displaying some code or data, and a window with a view of greenery outside. The scene is brightly lit, suggesting a modern office environment.

AIを使いこなすには  
AIが理解できる  
対話力が必要



**AIの言いなりでは問題  
解決のための思考力や  
コミュニケーション能力が  
弱体化する。**

クオリティ・オブ・ソサエティ2024 問という帆（電通総研）  
デジタル化の進む日本社会に必要なこと  
東京大学大学院 情報学環名誉教授 西垣 通 氏

新しいパラダイムを考案できるのは人間。価値観を持って主体的に変えていく、そのプロセスで、自分ももちろん変わっていく。社会の影響を受けて、いろいろなものを見聞きして、自分の心も変わっていく。それがいつの間にか社会に対する発言を変えていく。社会というものは、徐々に徐々に、あるいは急激に変わることもあるが、とにかく変わる。

# GIGAスクール世代が やってくる！

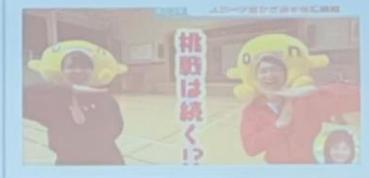
2021年4月 全国の小中学校に端末を配布

**当時の中学3年生は来年大学入学！**

## 国際スポーツ雪かき選手権

今年は  
イチモニ  
が参加！

- ・ 最も力を入れている活動
- ・ 高齢者が増えて雪かきされなくなった通路を中高生が雪かきをして高齢者が通れるようにする
- ・ 雪かきをゲーム感覚で楽しめ、成績優秀チームは豪華賞品がもらえる！



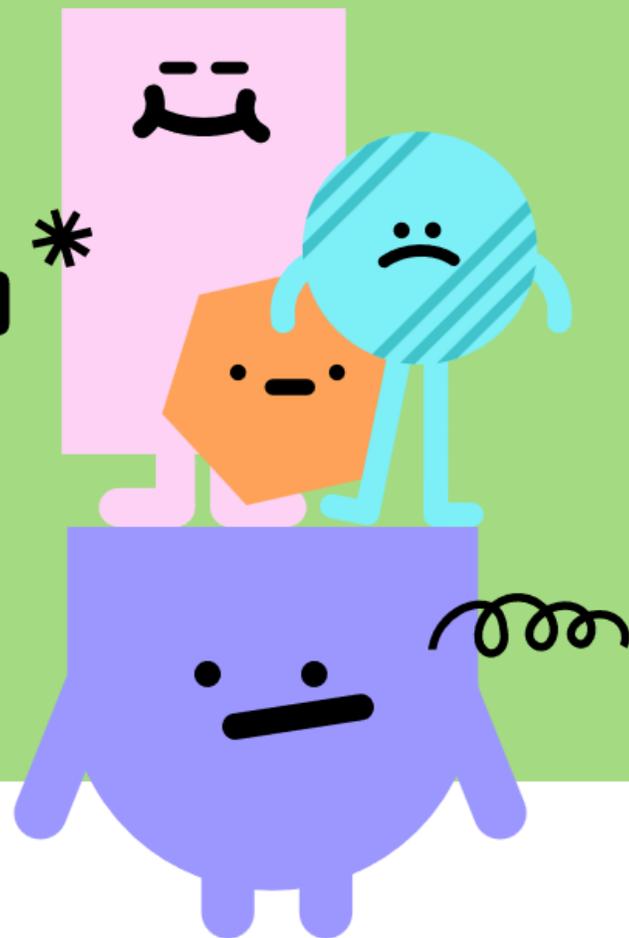
まちおこし研究会外崎副代表



潮見台中学校

高齢者問題についての\*

ワークショップ



まちおこし研究会 札幌学院大学

# 今回のポイント



自分たちで主体的に  
できることを考える

の

\*

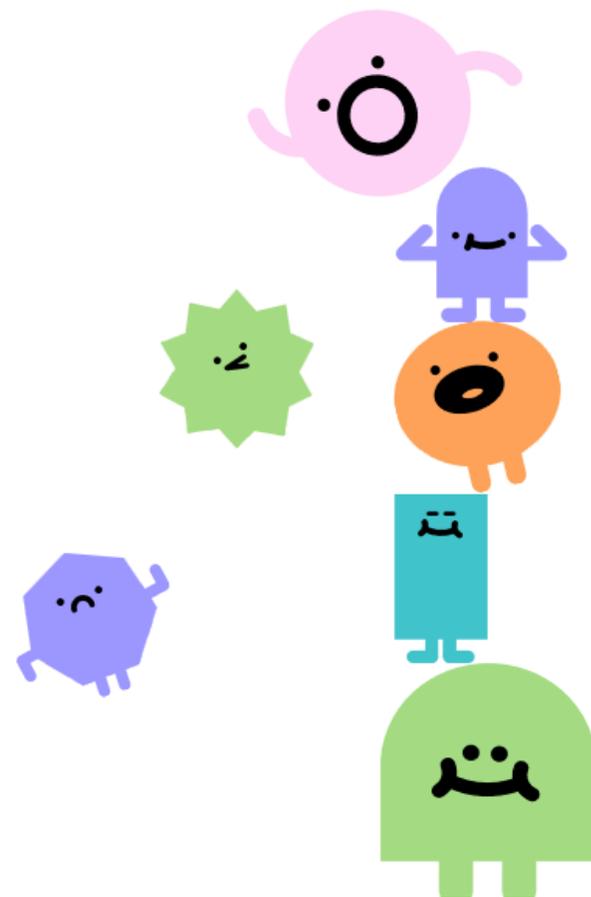


# ステップ1

## 身近で感じた 高齢者の問題

をたくさん出して  
みよう！

10分





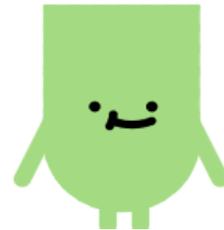
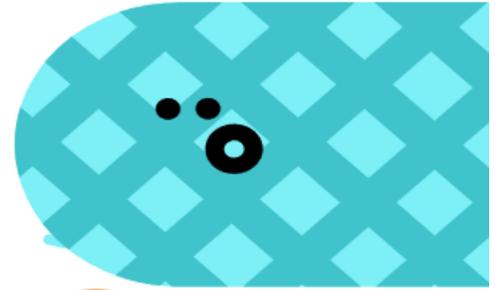
中学一年生2クラス46名

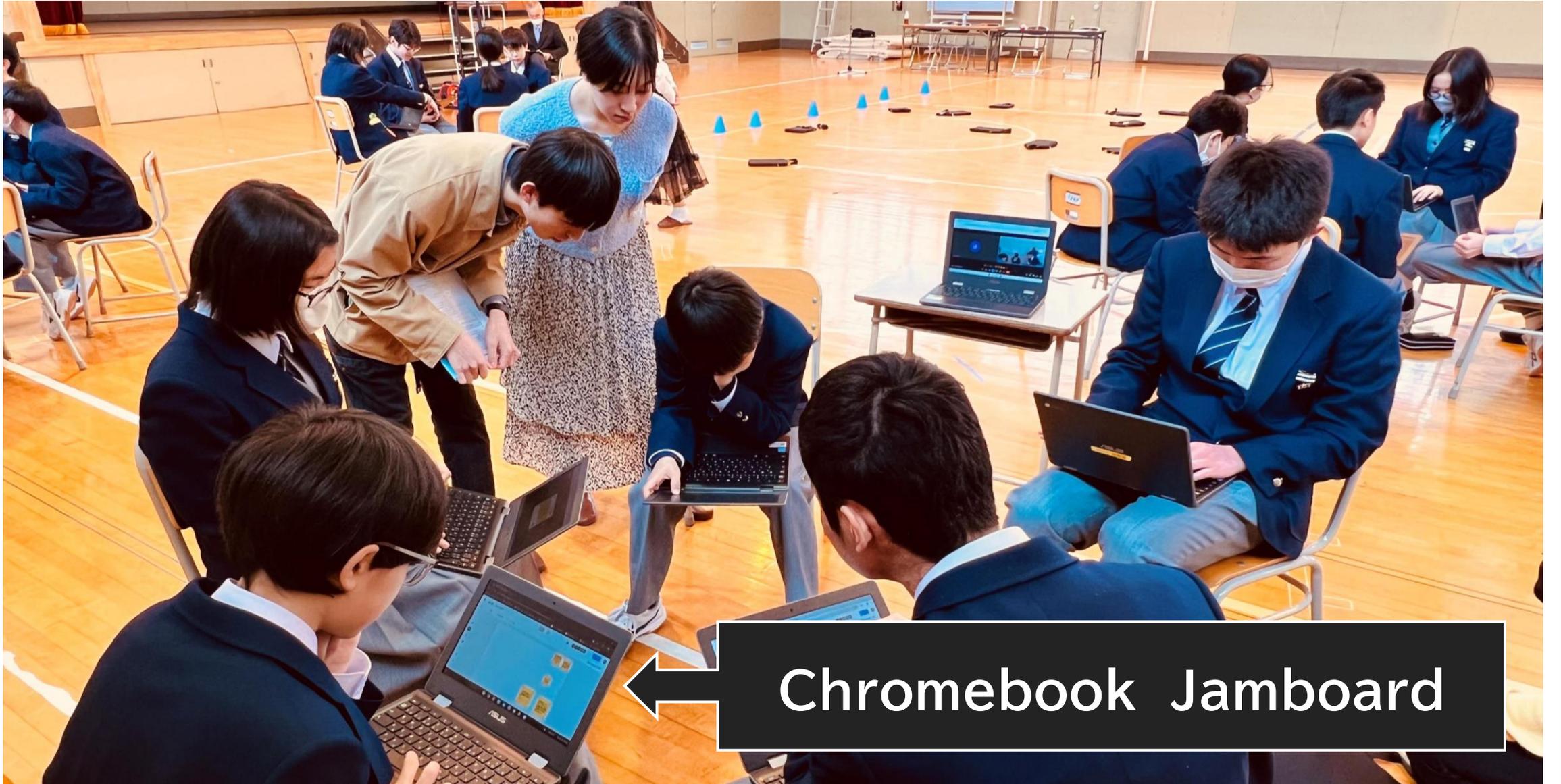
## ステップ2

高齢者の問題を  
解決できる  
アイデア

をたくさん出して  
みよう！

7分





Chromebook Jamboard

## ステップ3

自分たちで  
やってみたい  
アイデア

を1つだけ  
決めてみよう！

10分

なぜそれを  
やってみたいのか？

理由も  
話し合ってみよう！



**1班**

あたかくする  
ものを落とさないようにする  
雪山に登らない  
ロードヒーティング  
氷が雪に隠れて見えない  
水に滑って転ぶ  
道が滑る  
事故  
人がスリッパして頭に石を巻いてるやつに車が通って汚れるゆきによるひがい  
人がスリッパして頭に石を巻いてるやつに車が通って汚れるゆきによるひがい  
**すべ**  
ホワイトアウト  
坂道が登りづらい  
ドアが開かない  
足場が悪い  
路面凍結  
スリッパ事故  
落雪  
物が落とすとき分かりづらい

転ばないように削る  
転ばないように注意する  
雪山からの飛び出し  
屋根からの落雪  
ブラックアイスバーン  
除排雪が少ない  
雪が車に積もる  
結露  
ホワイトアイスバーン

雪玉で遊ばない  
常に着ういをはらう  
雪玉が一般人に当たってけが  
つららの頭上に注意

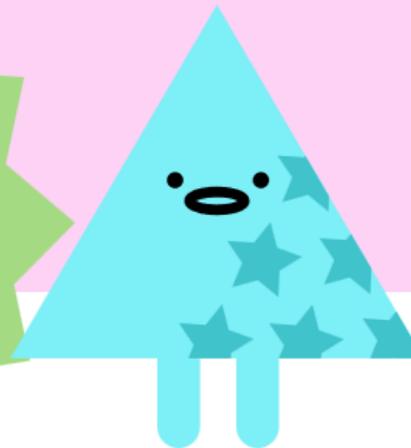
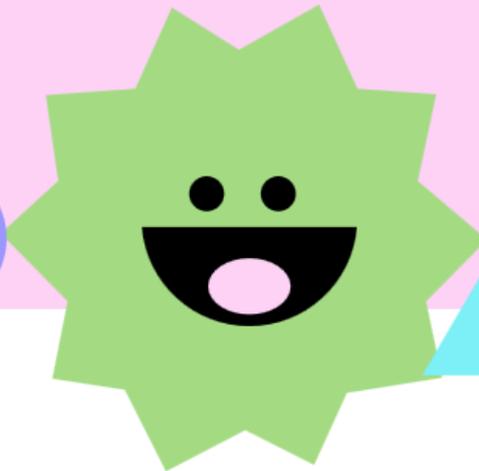
スマホのバッテリー凍結

ゆきをなめない(油断しない)  
体幹を強くする  
タウンハウスを設けて老人、障害者を住ませて雪かきが不必要にして、安全性を高める

このX

プロジェクターで画面共有

発表してもらいます





自分たちが考えたアイデアを発表

やってることはほぼ一緒



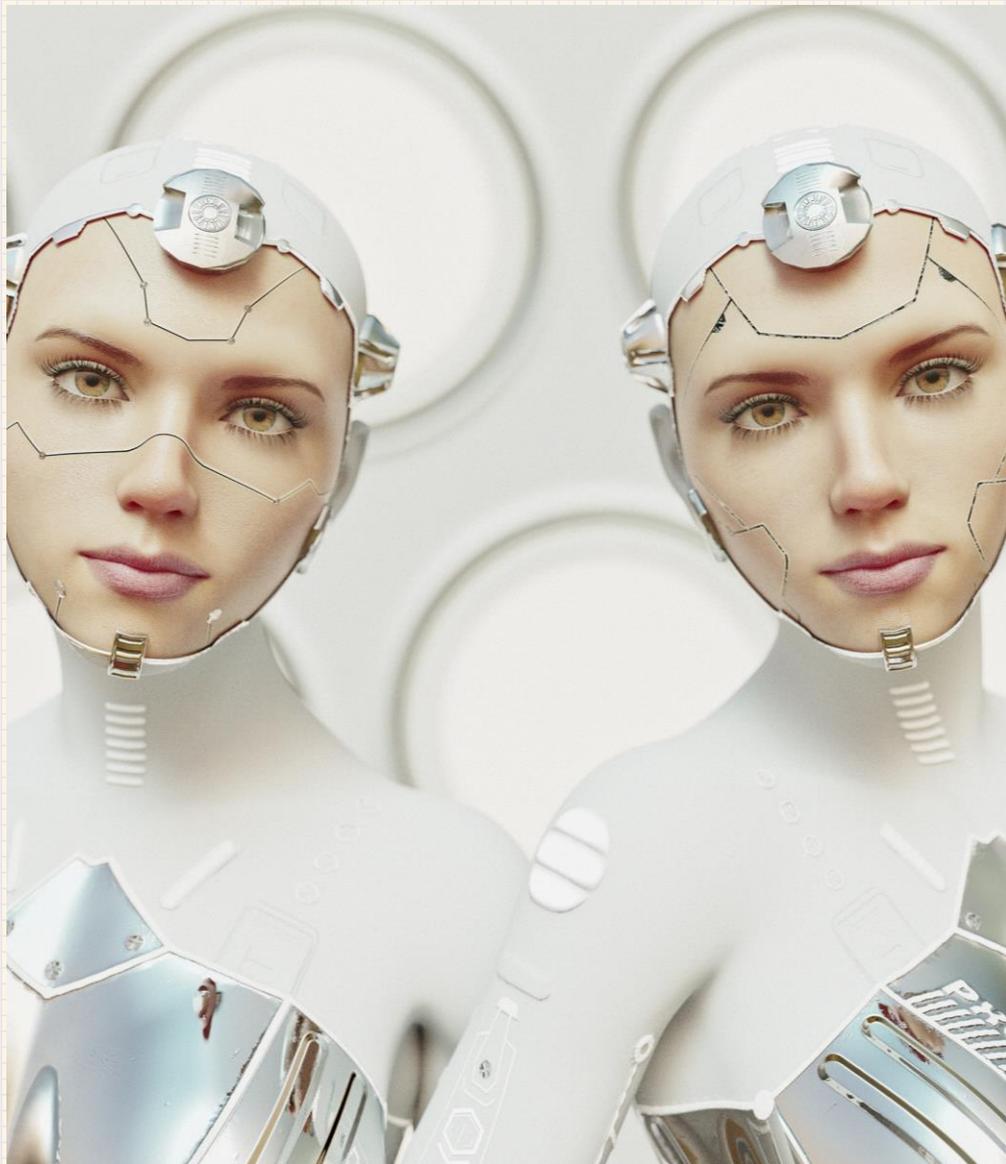
# 大学生がやるべきことは？





正解が意味を持たない時代を生きるために、必要な能力を身につける

正解が意味を持たない  
時代とは？



# Volatility 変動性

テクノロジーや社会の仕組み、人々の考え方などが大きく変化する時代

パラダイムシフトが頻繁に繰り返される



# Uncertainty 不確実性

地球規模での気候変動や新型コロナウイルスの感染拡大など将来何が起こるか予測できない時代



# Complexity 複雑性

様々な要素が複雑に絡み合っている状況。一方の課題を解決しても、もう一方の課題が悪化する可能性がある時代



# Ambiguity 曖昧性

何か問題が起きた場合、物事の因果関係が曖昧なため原因の特定や改善の方向性を把握するのが難しい時代

# 正解が意味を持たない VUCA時代を生きるには

**V**olatility  
**U**ncertainty  
**C**omplexity  
**A**mbiguity

変動性  
不確実性  
複雑性  
曖昧性



# 誰もが 未知の世界の一期生



これから社会にデビューする人たちは、  
かつて誰も予測していなかったことをたくさん経験すると思います。

でも、悩み、戸惑いながらも荒波を乗り越えた先にはきっと、社会の中核を担う存在となり、輝く未来が待っています。

**何のために働くのか？**

**自分はどんな役割を担うことができるのか？**

いま問い直してみることが、すべての世代の人にとっても、必要ではないでしょうか。

人が生きがいを感じられる、これからの社会のために。

# 大学生が身につけるべき能力は？

自分の頭で考え抜き、  
自分の意見を持つこと

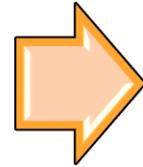
まずはここから



# キャリアデザインの実践ステップ

## 自己分析

- ・ 自分の強み・弱み、価値観、興味・関心を理解



## 情報収集

- ・ 将来の仕事や働き方に関する情報収集



## 目標設定

- ・ 将来のキャリア目標を設定



## 行動

- ・ 目標達成に向けて具体的に行動



自分のアタマで考え抜く力を身につける

## 振り返り

- ・ 定期的に自分のキャリアを振り返り、必要に応じて軌道修正

主体的に変われる心を持つのが人間であってAIには不可能



変化を起こすために、  
自分で目標を設定し、  
振り返り、責任を  
もって行動する能力

到達目標  
エージェンシー  
を身につける

# 自己紹介

- 1962年小樽市生まれ
- 北海道大学工学部卒業
- 大手精密機器メーカー
- 札幌市で最初の起業
- 大手IT企業に会社買収
- 50代で小樽市に戻り
- 二度目の起業
- 中高の目標:志望校に合格
- 大学の目標:東京に行きたい
- **就職後:上司のような人生を送りたくない**
- 目標:起業して楽をしてお金を儲けたい
- **東日本大震災で価値観変化**
- 残りの人生を小樽の活性化に費やそう！

# 内的キャリア

- ① 成果として現れるゴールを定め  
ない生き方、毎日を精一杯生きる、  
貪欲に学ぶ、好奇心旺盛でいる、  
社会を変えるようなイノベーション  
を起こす
- ② 徳のある人になり他人に感謝さ  
れる人生を歩むことが人生の目標



# moodleにログイン！



一番下までスクロール

評価方法・授業の進め方・学習上の助言

地域コミュニティを活性化！

# まちおこし研究会

# アンケート(課題)に答えてください

## ▽ 第1週 ガイダンス (4月11日)

キャリアデザイン演習Bの履修を希望する学生は、第1週のガイダンス(4月11日木曜日)に出席して授業終了後のアンケートに答えてください。

※ アンケートに答えた学生が抽選対象になります。

※ 第1週の終了後に定員に満たない場合は第2週の出席者を対象に抽選を行います。



【第1講 課題】履修者アンケート

開始予定: 2024年 04月 11日(木曜日) 11:50 期限: 2024年 04月 11日(木曜日) 18:00

本日午後6時締切



【第1講参考資料】【電通総研】クオリティ・オブ・ソサエティ2024「問という帆」



【第1講参考資料】「職業、動く。」キーワード集

# アンケート（課題）

以下の質問に答えてオンラインテキストで提出してください。

1. 好きなことは何ですか？
2. 得意なことは何ですか？
3. 大事にしていることは何ですか？
4. 将来の夢はありますか？もしくは、どのような仕事に就きたいですか？
5. 授業にノートパソコンを持参することは可能ですか？
6. パワーポイントを使って資料を作ることはできますか？
7. この授業で身につけたいことや、取り組みたいことは何ですか？
8. 授業に対する要望や、あなたのアピールなどを自由に記載してください！

ご協力ありがとうございました！

## 参考資料

クオリティ・オブ・ソサエ  
ティ2024 問という帆  
(電通総研)



## 参考資料

クオリティ・オブ・ソサエ  
ティ2021 職業、動く  
(電通総研)

