



Junior high school Career Support

キャリアナビ通信

第1号

2023年10月発行

発行者： 伊勢山中キャリアナビゲーター 古澤

伊勢山中の生徒・保護者の皆様へ

はじめまして。名古屋市立中学校におけるキャリアサポート事業として、10月から伊勢山中中学校にキャリアナビゲーターが配置されることになりました。

キャリアナビゲーターの一つのお仕事として、今後 キャリナビ通信を発行していきます。キャリアという視点から皆さんに役立つ情報をお届けできればと思っています。初回の本号では、「キャリアナビ」「キャリア」などを紹介します。

== : == : == : == : == : == : == :

■キャリアナビゲーターって？■

たとえば「自分が得意なこと、興味があることはなんだろう」を考えたり、「社会に出たらどんな仕事があるんだろう」や「何が必要になるんだろう」などに関する情報を提供したりします。

生徒の皆さんはもちろん、先生方、保護者の方々、地域社会の方々と協力し、皆さんが「**自分の人生の主役**」として活躍することを応援していきます。

キャリアナビゲーター プロフィール

石川県生まれ、
横浜育ち



高校卒業後広い世界を見たくてアメリカに単身留学。結婚を機に愛知県に移住。海外滞在中に日本の製造業の活躍を誇りに思い、帰国後は製造業界で20年以上勤務。

== : == : == : == : == : == : == :

■名古屋市立中学校におけるキャリアサポート事業について■

国家資格キャリアコンサルタントを有するキャリアナビゲーター(通称:キャリアナビ)が学校に常駐し、教職員の方々と連携しながらキャリア教育の幅広い推進と生徒のキャリアプランニングのサポートを行う事業です。現在、名古屋市立中学校72校での配置が予定されており、授業におけるキャリア教育や職場体験のサポート、教職員の方や保護者の方向けのキャリア教育、小学校への出前授業など、各校のニーズに合わせた活動を行っています。

■キャリアとは■

キャリアという言葉聞いて、皆さんは何を思い浮かべますか？

「職業」？「就職」？もちろんそれもキャリアの一部で間違いありません。

しかしキャリアという言葉は本来、もう少し広い意味を持っています。

家事や育児、ボランティア活動や趣味の活動などもキャリアと考えられています。



伊勢山SDG'sプロジェクト

制服デザイン総選挙



皆さんが『今』『ここで』学ぶこと、経験していること。

学業だけでなく、生徒会活動、SDG's活動、部活動、お家でのお手伝いなどもキャリアの一部なのです。

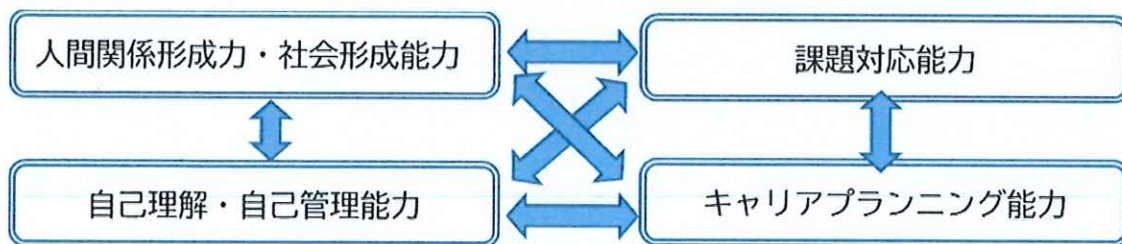
== : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == :

■明るい未来につなげるために■

キャリアとはどういうものを少し説明しました。では皆さんが望む(自分で納得がいく)人生を歩み、明るい未来・明るい社会につなげるにはどうすれば良いでしょうか。

絶対的な答えというものは存在しません。でも、どの道を選ぶにしても、共通で身に付けておきたい力というものはあります。

基礎的・汎用(はんよう)的能力



これら4つの能力については、次号以降でももう少し詳しく触れていきます。

== : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == : == :

■名古屋市内のキャリア関連イベント■

<https://nagoyacsw.blogspot.com/>

11月開催

名古屋市立高校の生徒による小・中学生向けワークショップ

「なごや未来ポケット」



12月開催

探索学習プログラム(申し込み締め切り10月末)

「なごやULTRA(ウルトラ)プログラム」

<https://nagoya.ultra.jp/>



ご興味のある方は各サイトにアクセスし、内容をご確認ください。
参加についてはご家庭内で相談のうえ、ご決定願います。



キャリアナビ通信

2023年11月発行

第2号

発行者： 伊勢山中キャリアナビゲーター 古澤

伊勢山中の生徒・保護者の皆様へ

こんにちは！ キャリアナビゲーターの古澤です。最近大分寒くなりました。暑かったり寒かったりすると、着る服を選ぶのも大変です。病気にもかかりやすいのでうがいや手洗いをしてお互い注意していきましょう。

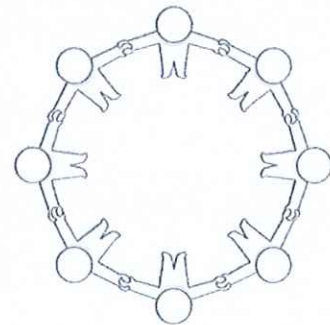
さて、今回のキャリアナビ通信では前回の続きで、将来どんな分野に進むとしても、共通で身に付けておきたい4つの能力、『基礎的・汎用（はんよう）的能力』を紹介していきます。

■能力①-人間関係形成・社会形成能力■

社会に出て仕事をしたり、生活をしたりするうえで、他の人との関係性を築くことはかせません。また、社会を築いていくのはその時代を生きる「私たち」の責任です。その私たちをつなぐ能力のことを言います。



- 他人の個性を理解する力
 - 他人に働きかける力
 - コミュニケーション・スキル
 - チームワーク
 - リーダーシップ
- など



■能力②-自己理解・自己管理能力■

社会の一員として、自分だからできること、自分にしかできないことを見つけ、その力を発揮するために必要な努力を継続的にやれる能力のことです。

自分の苦手や弱点を知ること、第3者からの評価を受け止め、対処する能力もここに含まれています。

- 自己の役割の理解
 - 前向きに考える力
 - 自己の動機づけ
 - 忍耐力
 - ストレスマネジメント
 - 主体的行動
- など



裏面に続く

■能力③-課題対応能力■

身の回りの課題に気付き、何を、どこまで、どのように解決したいのか計画を立て、行動に移すことができる能力のことです。

計画を実行したあとに、その過程や結果を振り返り、次の一手につなげていくことも、この能力に含まれます。

- ・情報の理解・選択・処理
- ・ものごとの本質の理解
- ・原因の追究
- ・課題発見
- ・計画立案
- ・実行力
- ・評価、改善






など

■能力④-キャリアプランニング能力■

社会の一員として「働くこと」の意味や価値を理解し、自ら主体的に歩む道を描き(探し)、実行と修正ができる能力のことです。情報を適切に取捨・選択できる能力もここに含まれます。

今人生は100年時代と言われています。長い人生の中で、何度も来る役割の変化に対応するためにもっておきたい能力の一つです。

- ・学ぶこと・働くことの意味理解
- ・多様性理解
- ・将来設計
- ・選択
- ・行動と改善



など

『基礎的・汎用的能力』なぜ必要？

この4つの能力をもつことで自分の道を切り開いたり、やったことがないことに立ち向かったりしやすくなるからです。

例えば3年生なら進路を選びます。将来自分がどうなりたいかのビジョンをもって進路を選ぶ方が、自分が納得できる人生を歩む確率は高くなります(能力④)。このビジョンを描くには、自分や社会について知ること(能力②④)が必要になってきます。知るために情報を集めます。学校見学に行ったり、友達と話したり、周りの大人に相談するかもしれません(能力①、③)。ビジョンに近づくために足りないものに気付き、どう補えるか考え、計画を立てて取り組みます。(能力②、③、④)

このように4つの能力は進路選択にも使われる能力です。みなさんが将来、学校から社会や職業にスムーズに移行するための土台となっていきます。

『基礎的・汎用的能力』どうやって身に付ける？

基礎的・汎用的能力は相互に作用するため、ひとつの能力だけでなく、組み合わせで訓練をする場を増やしましょう。学校の授業や課外活動には、4つの能力を活用できる場面がたくさんあります。積極的に参加しながら、成功や失敗を積み重ねて身に付けましょう。





2024年3月発行

キャリアナビ通信

第3号

発行者： 伊勢山中キャリアナビゲーター 古澤

伊勢山中の生徒・保護者の皆様へ

こんにちは。キャリアナビゲーターの古澤です。3月に入り少しずつですが春のよそおいになってきました。3年生はあと数日で卒業ですね。心よりお祝い申し上げます。



私が10月に伊勢山中学校に配属されて、3年生の皆さんの姿を目にしたのは体育大会でした。そして音楽会。3年生の気迫や、音楽会で奏でる美しいハーモニーはもちろん、そこに至るまでの取り組みの姿勢を見て、「すごいなあ〜」と感心・感動したことを覚えています。

3年生の皆さんは伊勢山中を卒業し、これから新たな環境・場所で活躍をされていくことと思います。1、2年生も次の学年にもうすぐ進級ですね。楽しみしかない、不安いっぱい、色々な感情があると思います。異なる環境で想定外の出来事に直面し、悩んでしまうかもしれません。そんな時にはこの言葉を思い出してみてください。

「考え方ひとつでピンチもチャンスに変えられる」



キャリアで成功している人は、偶然の出来事をチャンスに変える力を持ち、チャンスを引き寄せる行動をとるのだ、というキャリア理論があります。

(1999: クランボルトツ: Planned Happenstance Theory/計画された偶発性理論)

この理論では、偶然の出来事をチャンスに変えるための「5つのスキル」があるとされています。私の周りで活躍している人の行動を見ても、納得できる理論です。そこで今回は、この5つのスキルを皆さんに紹介します。

① 好奇心 (Curiosity)

新しい学びの機会を常に模索する。



今まであえて手をつけていないことをやってみると、全く違う世界が見えてくるかも。

裏面に続く

② 持続性 (Persistence)

たとえ失敗しても努力し続ける。



転んだとしても立ち上がってまた歩き始めればいいのです。継続は力なり。

③ 柔軟性 (Flexibility)

姿勢や状況を変えることを進んで取り入れる。



ポイントは自分で選択すること。自分はこうだからという軸は必要だけど、こだわりすぎて自分に制限をかけたらもったいない。

④ 楽観性 (Optimism)

新しい機会は実行でき、達成できるものとする。



必ず何かの手立てはある、と真剣に考えれば知恵が浮かぶ。
新しいことにチャレンジすれば未知のことも多い。
失敗したら「ひとつ上手いかない方法」が見つかったと考える。

⑤ 冒険心 (Risk Taking)

結果がどうなるかわからなくても行動することを恐れない。



やらない後悔よりやる後悔。「こうしておけば・・・」より「とりあえずやってみた」

参考: 独立行政法人労働政策研究・研修機構「新時代のキャリアコンサルティング」

この5つのことを目ざらから意識して行動することで、偶然の出来事をチャンスに変えたり、チャンスに気づきやすくなったりすると言われています。めぐってくるチャンス、逃さずとらえて自分の糧(かて)にしていきましょう。

== = == = == = == = == = == = == = == = == = == = == = == = == = == = == =

皆さんの人生が豊かなものになりますように！

Wish you the best of luck