

# 生き生きコミュ「花子を知る」

ワークシート「花子1」 氏名( )

私の成長記録			担任の「へー」欄
血液型と星座			
名前の由来			
一番最初の記憶は？			
幼児期の自分の印象は			
幼児期に好きだったものは？			
幼児期に得意だったことは？			
幼児期に大きくなったら何になりたかった？			
小学校の自分を振り返ってどう？			
小学校時代、勉強や習い事で好きだった事は？			
小学校時代先生にほめられたことは？			
小学校時代、大きくなったら何になりたかった？			
小学校時代友達に自慢できたことは？			
中学校で熱中したことは？			
中学校で自分が一番できたこと(得意) この高校を選んだ理由			
今の自分に満足している？している点としていない点は？	満足	何とかしたい	
今の自分のことを話して	長所	短所	
今の自分にとって一番好きな時間	楽しい時間	落ち着く時間	
今の自分にとって逃げたい時間	苦痛な時間	寂しい時間	
将来は働き続けるよ うと思っている？		理由	

高校を早く卒業したい？したくない？		理由	
日記はつけている？	毎日又は時々	つけてない	
親友について話して？			

自分をすこしは見つめられたかな？

では、目をつぶって 将来の自分をシミュレーションしてみよう。

・卒業してすぐの自分は今なにをしているのが見える？

・20才の自分はどんな感じ？仕事は？

・30才のあなたはどんな自分になっていたたい？

・専業主婦ORパート主婦？いやいやキャリア主婦？

さあ！目をあけて現実を話そう。

-----つぶやき花子登場-----

悩みは言葉にすると軽くなるし、解説法もみつかることもあるよ。  
 自分は本当は「どうしたいのか」「なにをしたいのか」自問してごらん。  
 自分で自分を見つめなければ、何も解決はしないのだ。  
 自分の個性を進路に生かすことが大事なんでよ。  
 仕事は学校と違って卒業の予定はないのです。よく考えてみよう！



**生き生きコミュ**

今考えている進路について悩みはあるひとはなんでも書いてね。  
 後でお返事が届きます。

\*\*\*\*\* 悩み ぷりーず \*\*\*\*\*

担任より悩める乙女( )ちゃんへ

# 生き生きコミュ 「つぶやき花子ちゃん」

ワークシート「花子2」名前 ( )



前回は「花子を知る」に記入してくれてありがとう。

「花子を知る」では担任として、皆さんの小さい頃の様子が想像でき、楽しく読みましたよ。続いて第2弾の「つぶやき花子ちゃん」も読んで、( )に思っていることを書いてね。

そうすれば、きっと自分の進路が見えてくると信じています。

\*\*\*\*\* 「花子を知る」シートの結果 理解できたこと \*\*\*\*\*

Aは(結果)を

?は(みんなにこれからすこし考えてほしいこと)を表記記号としてここでは使いません。

A 81%が「将来は働きたいと思っている」ことがわかりましたが、残念なことに理由は経済的理由で、働くことが生きがいにつながるとは思っていないようですが・・・

でも、なかには「自分のやりたい仕事だから、続けたい」とおもっているクラスメートもいました。感激です。

つぶやき花子

? 働くとは本当に、お金を得るだけでしょうか？もし、そうならば、「仕事が長続きしない。」とよく言われる原因はここにもあるのではないのでしょうか？

アルバイトとこれからする仕事の大きな違いの一つに、仕事はそれが主であり、アルバイトのように後ろに学校という主がないことです。主のない状態でのアルバイトは逃げ道にはならないのではないのでしょうか？

とすれば、仕事が単にお金を得るためだけではすぐに辞めたくなるのも当然！だと花子は思うのです。

離職率が7・5・3と言われ、中卒7割 高卒5割 大卒3割 が最初の就職を変わると言われています。みんなが5割の離職者にならぬよう自分にあった進路選択をしたほうが良いとおものですが・・・

あなたの考えは？

[ ]

A 小学校時代に夢見ていた職業と、同じ職業を、今選ぼうとしている人が、残念ながら殆どいませんでした。いつどこでその夢は終了してしまったのでしょうか？

それはどうして終わってしまったのかな？ちょっと考えてみて？

[ ]

A 「あなたにとって寂しい時間」の第1位は「一人での時」(家等)で、80%でした。その他にはお金がないとき。お風呂。という答えもありました。



? みなさんの頃に、一人での時間を、自分のことを見つめる時間として活用しなければ、成長はないと花子は思いますが? . . . .

「自分を見つめる」ことは、大切なことではないでしょうか。

それともない日記を毎日つけている人は18% 時々つけるが45% つけていないが37%でした。日記をつけることはすなわち自分と向き合うことになります。

自分の進路は自分の生き方でもあります。 日記をつけてみてはどうですか?

何か違った自分の内面を発見できるかも!

あなたの考えは?

[ ]

A 「悩み ぷりーず」欄では、就職ができるかどうかの悩みが45%占めました。

今この時期になると、友人関係が一番の関心事から、進路の悩みが心の中を占めているようです。それは当然!この1年(いや 半年)の考え方がみんなの人生の道をおある程度決めてしまうのですから。



? みなさんは「どうしよう」「どうしたらいい?」とよく発していますが、自分で今なにをすべきか。目標達成のために考えて行動していますか? 考えてはいることはわかっていますが、行動となると. . . .定期試験よりアルバイトを優先にしていた3年間の自分がそこにいませんか?

試験の結果は変えられなくても、未来の道はまだ変えられます。

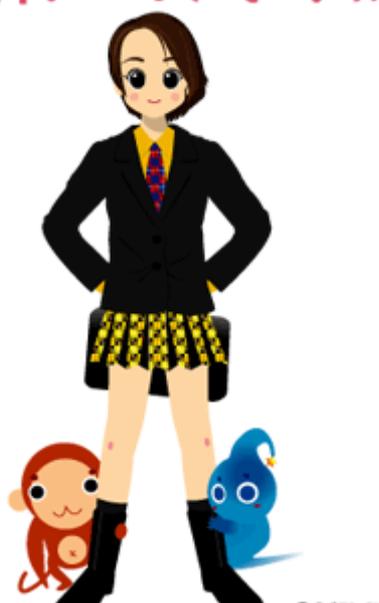
「とにかくどこかに就職すればいい」というのではなく、積極的に企業訪問に出かけて、「ここで働きたい!」と思う会社を探しましょう。

あなたの考えは?

[ ]

# 生き生きコミュ 「知ってとくするシート」

## 私の個性



### ワークシート「花子3」

名前( )

まず、自分の性格を分析してみよう。

性格

- |           |           |
|-----------|-----------|
| ( ) 積極性   | ( ) 明るい   |
| ( ) 素直    | ( ) 慎重    |
| ( ) 協調性   | ( ) 根気強い  |
| ( ) まじめ   | ( ) 優しい   |
| ( ) 手先が器用 | ( ) 体力がある |

得意なこと	
苦手なこと	
人と話すのは好き？	
電話対応は得意？	
物を作るのは好き？	
パソコンは好き？	
ほんとに学ぶために進学するのですか？	

## 仕事大研究

自分の性格にあった仕事を選ぶのも大事！

自分の性格をちょっと分析してみよう。

興味ある仕事には

興味ない仕事には×

どちらでもないものは

希望している仕事には

をつけてね。

一つ一つじっくりその職業をやっている自分をイメージしてチェックしてくださいね。

就職希望のあなたもチェックしましょう！

## Aタイプ

性格 どんなことでも我慢強くあきらめないで取り組むタイプ。経理や事務・製造などの仕事がむいています。

### Aタイプの仕事

司書 ( )・・・図書館の先生 上級学校に行つて資格が必要  
犬の訓練士 ( )・・・専門の学校に行く。警察・盲導犬などの訓練  
栄養士 ( )・・・病院・学校・企業の食事管理 上級学校に行つて資格が必要  
ウェブデザイナー ( )・・・HPを作成する センスが必要  
ネイルアーティスト ( )・・・爪にデザインする 接客も大事  
製造職・・・工程の中の一員として、物を作つたり、監視したりする

## Bタイプ

性格 しなければならぬことは、手際よくテキパキとこなすタイプ。数字を扱う仕事がむいています。

### Bタイプの仕事

編集者 ( )・・・新聞社は無理でも、地域新聞などの編集 人と話したり、接客する  
運転手 ( )・・・基本的には自動車 鉄道もある。  
税理士 ( )・・・簿記が得意なことが第一条件 企業の経理から財務諸表を作成  
銀行員 ( )・・・金融 お金を扱う 細かい作業と接客が伴う  
調理師 ( )・・・飲食店を開くときに必要な資格 夜間の学校もある 1年から  
気象予報士 ( )・・・資格は高校生でも受けられるが、超難関  
歯科衛生士 ( )・・・歯医者さんの助手 専門の学校に行く  
スーパーのレジ ( )・・・資格は要らないが、立ち仕事  
事務職 ( )・・・いろいろな事務があるが、基本的には、経理やパソコン仕事  
キーパンチャー ( )・・・パソコンによるデータ入力 一日中キーボードを打つ

## Cタイプ

どんなことでも、嫌がらずに明るく元気に取り組むタイプ。人前でアピールできる仕事が向いています。

### Cタイプの仕事

漫画家 ( )・・・絵と文章作りが得意 応募したりするとよい  
イラストレーター ( )・・・広告やアニメ・HPのイラストを作る 印刷会社が主  
ミュージシャン ( )・・・音楽活動者  
美容師・理容師 ( )・・・人を綺麗にして喜びを得る手があるのではアレルギーはだめ  
販売員 ( )・・・デパートはじめ物売りに喜びを得たい人 接客  
エステシャン ( )・・・人の体を美しくしてあげたい人 以外と重労働 接客  
インテリアデザイナー ( )・・・家のカーテンなどのインテリアのアドバイスと販売

## Dタイプ

やると決めたらどんなことがあってもやりぬくタイプ。外を飛び回ったりする仕事が向いています。

### Dタイプの仕事

スポーツ選手( )・・・運動能力と体力のあるひと  
ツアーコンダクター( )・・・旅行がすき 乗り物に酔わない・どこでも寝られること  
消防官・自衛官( )・・・試験に合格してなれる 中卒から試験が段階的にある  
探偵( )・・・TVでおなじみ 目立たないが忍耐のいる仕事  
バスガイド( )・・・明るく元気な人向き だれにでも親切にできること

## Eタイプ

人をなごませる優しい心をもっているタイプ。人と接する仕事や、人のために活躍する仕事が向いています。

### Eタイプの仕事

保育士( )・・・赤ちゃんから養護施設の子どもまで世話をする 親身になれる人  
フラワーデザイナー( )・・・結婚式の花の装飾など  
日本語教師( )・・・外国人に日本語を教える 他の国の語学ができること  
看護師( )・・・医者とのパートナー 命と患者の心を支える  
福祉に関わる仕事( )・・・職種がいろいろあるが、基本的には老人を思いやれる人  
動物の飼育係り( )・・・動物好き 動物園やペットショップ  
ケアワーカー( )・・・心理面でこどもから老人までアドバイスをしながら支える

次に就職したい会社の条件について聞きます。みんなにあった会社選びのためのものです。進学希望の人も、チェックしてね。

いいものに をチェックしてね。絶対いやのものには×を！

家から車で30分以内( )  
少し遠くても高崎・前橋などの市がいい。( )  
従業員の多い会社( )  
従業員は少ないが家庭的な会社( )  
大変でもやりがいのある仕事をしたい( )  
コピーとり電話番でもいいから簡単に楽な仕事がしたい( )  
正社員がいい( )  
フリーターでいい( )  
制服がある会社がいい( )  
制服のない会社がいい( )  
朝ははやくても帰りが早い会社(たとえば 8:00~17:00)( )  
帰りは遅くても朝はゆっくりがいい(たとえば 10:00~19:00)( )  
会社の掃除はやりたくない( )  
会社の掃除はすすんでやろうと思う( )  
営業( )

- 接客（サービス）( )
- 販売( )
- 製造( )
- 事務( )
- パソコンを使う仕事（データ処理など）( )

**今度はみんなには耳の痛い話です。**



フリーター  
給料が少ない。高卒・中卒・高校中退者が多い。  
半数以上がフリーターの立場に満足していない。  
半数以上が正社員になりたいと思っている。  
男子より女子の方が多い。

やっと登場  
できたわ！

学生の内は、アルバイトです。と胸をはって言えるけど、卒業すればフリーターです。  
ホントにいいの？高校時代きちんとやっておけば良かったなんて後悔するかもよ……

今の自分をおろそかにしてはいけません。  
今の自分を大切に、しっかり見つめることが、  
あなたの未来を創り上げるのです



今日は花子の話を聞いてね。

担任の進路苦労話などを書く……

花子の「悩みプリーズ」欄

## 生き生きコミュ「自分の価値を知る」

ワークシート「花子4」 氏名( )

### 自分の商品カタログをつくってみよう。

自分の高校3年間で貸借対照表にしてみよう。金額も自分で評価額を考えてね。  
利益は出ましたか？

貸借対照表

資産	金額	負債・資本	金額

花子より・・・思ったより、資産が少なかったあなたは、今後の目標のたててみよう。これからの頑張り次第で資産は増えるよ！

### 職業理解はすすんだかな？

受けようと思っている会社や学校は全て調べた？ ネットでみた？先輩に聞いた？企業説明会に行ったかな？ 実際見た会社の印象は？ 自分の進路についての希望の変化は？  
離職率・会社の経営状態・学校中退・進路状況は大丈夫？  
調べた結果今どんな風に今考えているか聞かせて？

### 花子カウンセリング

今、心配事や相談したいことを花子に話して？ いろいろ相談してから、進路を決定しよう。保護者の考えも教えてね。

生き生きコミュ

キャリアサポート

「もう一度自分を知ろう」

ワークシート「花子5」 氏名( )

あなたの強みは？

あなたの弱みは？

あなたが選んだ職種は？

( 事務          営業          販売・接客          製造          キーパンチャー          )

あなたはなぜその職種を選びましたか？

本当にその職種が自分に合っていると思う？

受験した企業に不合格になってしまったあなたへ。

本当にその企業に入りたいと思っていた？それとも、どっちでも良かった？

それとももうやめたい？本音を書いてね。

やりたい仕事をはっきり意識して熱意を持って取り組めば夢は必ずと思う。

もう一度、原点にもどって自分はいったいどんな仕事がしたいのか、考えてごらん。

仕事を理解することも大切。仕事の中身を知り、求められている人材を知る事も大切。

今、一番ほしいと思っている商品・お金以外のものはなんですか？

最近、一番うれしかったこと・悲しかった事は何ですか？

生き生きと働くために、これからしたいと思っていることはある？

今、進路を振り返って後悔していることや、これからくる夢などについて考えていることを何でもいいから、綴ってください。

では、最後に花子をやってきて、少しは自分や仕事が理解できたかな？自分に合っている職業がすこしは理解できた？

たとえば、人と話すのが好きだから、接客・販売を選んだとか。自分の性格と適職について書いてください。

進路をきめるのは大変難しいのは当然！でも、あれは嫌だ。したくないといっているでも始まらないのです。**生きていくということは、働くということです。**

きちんと働いたことの無い大人になりたいですか？

自分の能力を仕事の中で（アルバイト以外で）試してみたいとはおもいませんか？

受験した企業が不合格になってしまったあなたこそ、もう一度原点に戻ろう！もう、受けない。フリーターでいいなんていうのは賛成できないな。



## 生き生きコミュ「泣きたくなったら読まずにいられない」

ワークシート「花子6」 このシートは自分で持っています。

輝ける未来を歩きだしている自分あてに手紙を書こう。

今の気持ちをしっかり書いて、未来の自分を励ます手紙にしよう！

このシートは封筒に入れて・・・そっと部屋の片隅においてください。

三ヶ月後の自分に

半年後の自分に

一年後の自分に

高校時代の友人はいつもあなたのそばにいる。

学生時代の担任は卒業しても、いつもあなたの担任のまま。苦しいときもあなたを心の中で助けているから、後ろを振りかえずに明日を見つめて歩いていこう！

仕事が辛かったり、人間関係にうまくいかなかったりしても、高校時代を思い出して！やればなんでもできる！友がいる。くじけるな！

どんな状況になっても、明けない朝はないのだから、心配しなくていい。微笑みを忘れてはいけない・・・