

令和 7 年度

中学生のための
ライフデザインサポート事業報告書
〈那珂市立中学校 8 年生〉



那珂市

目次

1. 事業目的	1
2. 事業概要	1
3. 事業内容	2
4. 実施校	5
ばら野学園 第一中学校	5
青 遙 学 園 第二中学校	18
緑 桜 学 園 第三中学校	29
わかすぎ学園 第四中学校	41
白 鳥 学 園 瓜連中学校	53
5. 全中学校アンケート集計	64
6. セミナー内容	72
7. まとめ	83

1 事業目的



本事業は那珂市デジタル田園都市構想総合戦略の「結婚、出産・子育て応援戦略」における計画的な実行と施策の見直しを実施するにあたって効果検証のためのライフデザインの形成支援を行う事業である。

ライフデザインの形成支援については、第8学年（市立中学校の第2学年）に対して、ライフプランの必要性や重要性に気づいてもらい、自分自身の問題とし捉えてもらうとともに、ライフプランニングに必要な就学、就職、結婚、出産、子育てなどの将来の夢や目標を決める知識・情報を提供し、考える機会を持たせる取組としてライフデザイン教育を実施する。

2 事業概要



- (1) 対象者：第8学年
（市立中学校の第2学年）417人
- (2) 対象学校数：5校
（うち2校は同様の内容を2クラスずつ計2回実施）
- (3) 各中学校 100分
（授業時間で2時間）程度

3 事業内容



- 目的説明

ライフデザインとは何か？

このセミナーの趣旨と内容について、講師紹介とともに説明。

- ライフデザインクイズ

ライフデザインを考えるにあたって、○×クイズを用いて現在の認識をチェックしながら、人生の選択肢が無限に広がっていること、自分だけの最高の道は自分の中に答えがあることを伝える。

- なぜ今から考えるの？

まだ遠い未来だと感じることにについて、この時期から考えることの必要性。また、多様化する現代社会において、自分の価値観を大切にすることの重要性を共有。

- ニセモノの価値観

人生において大切な「価値観」について、講師の体験談を交えながら、偽物の価値観と自分が活かされる居場所について。

- 価値観のワーク

「ぼく・わたしは」から始まる講師からの問いに答えていくことにより、自分が大切にしている価値観を覗くワーク。

- 自分についてのワーク

自分がどんなことを大切にしたいか、どんな理想を持っているかについて、ワークを通じて自分自身を俯瞰。

- 加藤万里奈さんミニ講演

講師がこれまで夢を叶えてきた体験を通して、「夢は叶う」ことについて、また日々の過ごし方についてを伝える。

- 休憩中（体験タイム）

休憩時間には、VR ゴーグルの体験やバーチャルライバーの体験、個別質問コーナーを設けた。

- キャリアについて

さまざまな生き方や働き方について、大企業、ベンチャー企業、中小企業、そして起業家の特徴や適性について講師から話を聞き、自分がどの方向を目指したいかを考えた。

- 結婚・出産

出産には理想的な時期がある理由を分かりやすく説明し、早期にライフデザインを行う重要性を再確認。また、具体例を通じて、プランニングの際に大切にすべきポイントを理解。

- お金について

そもそもお金とは何か？どのように増やし管理していくのか？収入を得る手段や、同じことをしても何になるのかで時間給が違うことなどについても触れた。

- お金のワーク

話を聞いた上で、いったい自分の理想とする生活にはいくらかかるのか？どのような支出があり、どう収入を得るのかのワークを行った。

- ライフデザイン作成

これまでの話やワークをもとに、ライフデザインを年表形式でタブレットを活用し作成。

- まとめ

各講師からのまとめの一言。

それぞれの生き方から学んだ思いのつまった一言を届けた。

- 質疑応答

質疑応答の時間を設け、生徒たちの疑問に対応。

事前・事後アンケート調査



事前アンケート

- Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？
- Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？
- Q3. 将来子どもは欲しいですか？はいの方は人数もお願いします。
- Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？
- Q5-1. ライフデザインについて（将来について）考えたことはありますか？
- Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事後アンケート

- Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？
- Q2. 将来、結婚したいと思いますか？
- Q3. 将来子どもは欲しいですか？はいの方は人数もお願いします。
- Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解できましたか？
- Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？
- Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたか？
- Q7. 今回のセミナーでの気づきや思ったことなど感想をお願いします。

セミナーを実施するにあたり、参加者の意識がどのように変化するかを比較するため、セミナーの受講前後にアンケートを実施しました。
その結果と変化を次のページ以降に掲載します。

※Q5-1 は実施前、Q6 以降はセミナー実施後のアンケートのみの調査事項

4 実施校



<ばら野学園 第一中学校>

- (1) 日 時：令和7年12月4日（木）
- (2) 講演会の名称：中学生のためのライフデザインセミナー
- (3) 講師：一般社団法人わくわく人生デザインラボ
- (4) 対象者：第8学年（市立中学校の第2学年）
- (5) 内容：① ライフデザインとは
② クイズ
③ 加藤万里奈さんミニ講演「夢を叶える」
④ 結婚・出産
⑤ 自分を知るワーク「ぼく・わたしは」
⑥ 価値観「ニセモノの価値観」
⑦ ワーク「自分とは」
⑧ お金について
⑨ ワーク「1ヶ月にかかるお金」
⑩ キャリア
⑪ Q&A「結婚すると自由がなくなる？」など
⑫ ワーク「未来年表作成」

前半

後半



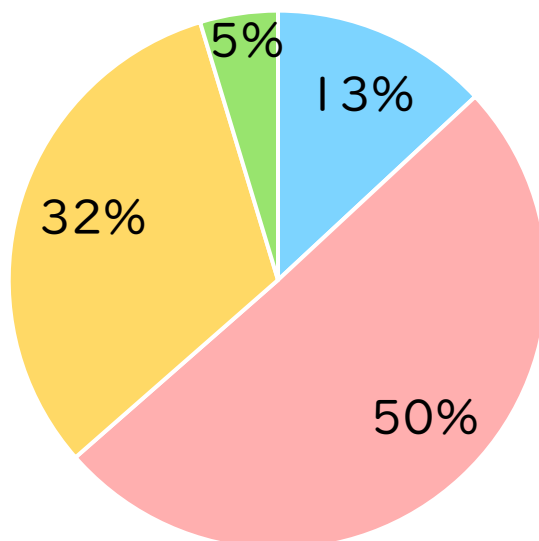
アンケート集計の結果



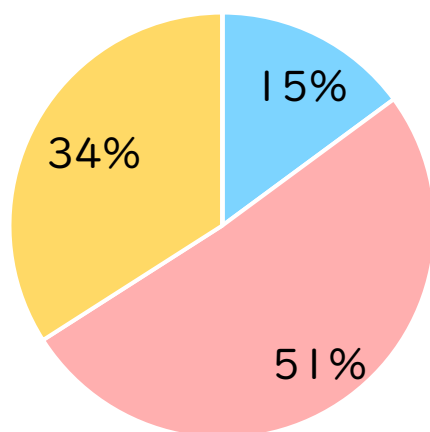
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

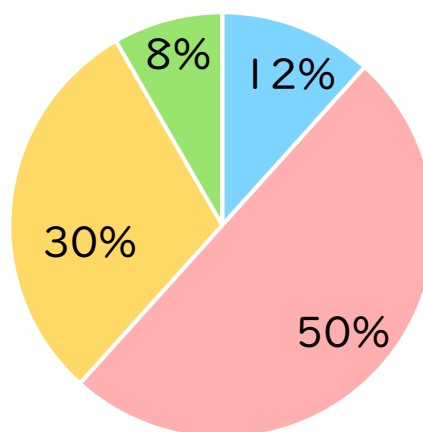
全体（N=107名）



男子（N=47名）



女子（N=60名）

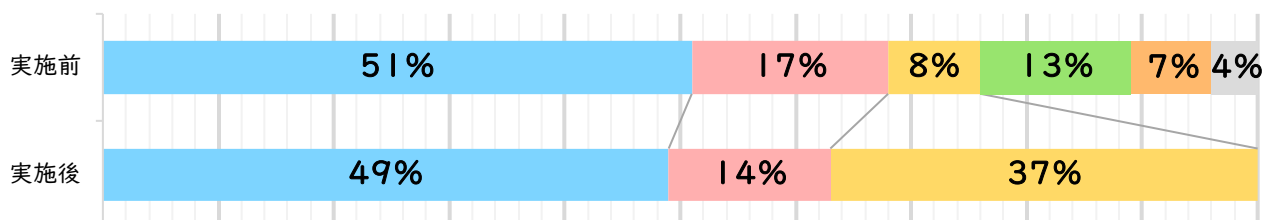


男子では51%、女子では50%、全体の50%と約半数が「2人」兄弟(姉妹)という回答でした。

Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない ■ わからない ■ 結婚はせずパートナーは欲しい ■ どちらでもいい・どちらでもない ■ その他

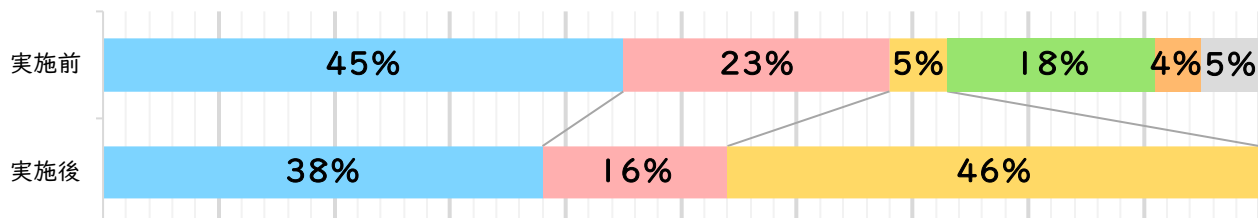
全体 (N=実施前107名、実施後93名)



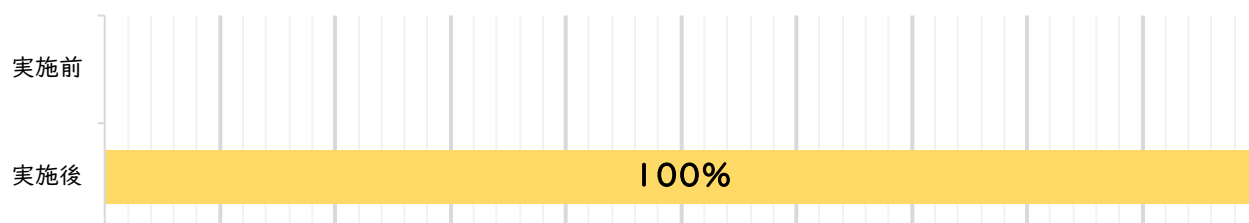
男子 (N=実施前47名、実施後42名)



女子 (N=実施前60名、実施後50名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)



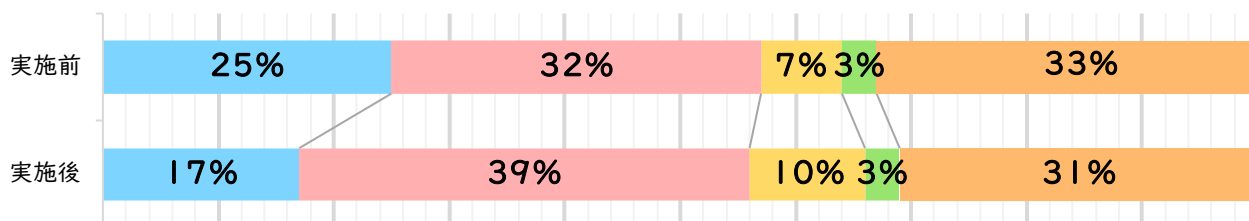
「結婚したい」が男子では実施前 60%、実施後 64%と 4 ポイント増え、女子では実施前 45%、実施後 38%と 7 ポイント減りました。
また、実施後は「わからない」という回答が全体で 8%から 37%に増えました。

Q3. 将来子どもは欲しいですか？

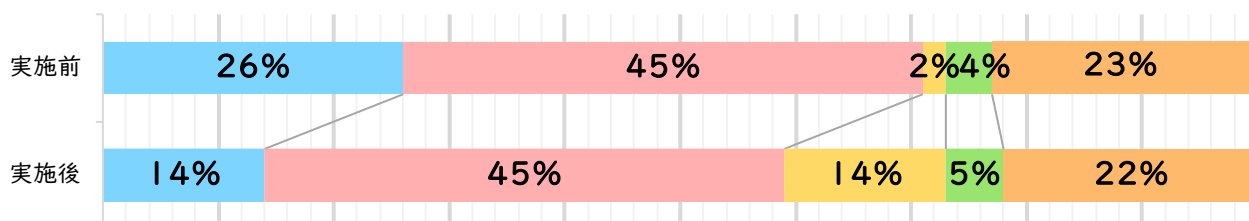
はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

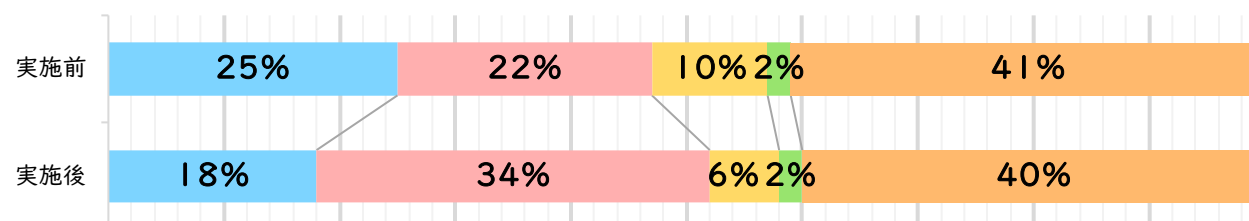
全体 (N=実施前107名、実施後93名)



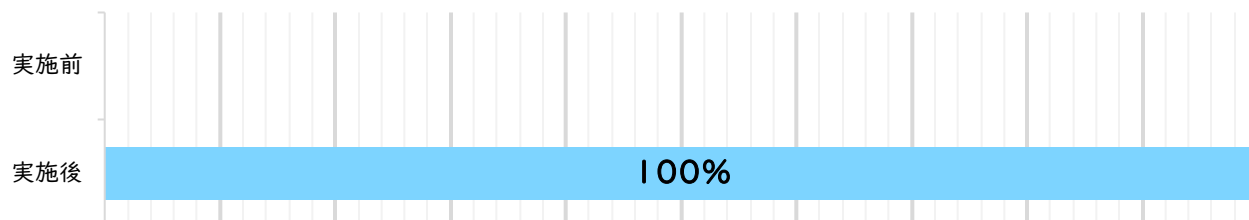
男子 (N=実施前47名、実施後42名)



女子 (N=実施前60名、実施後50名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)



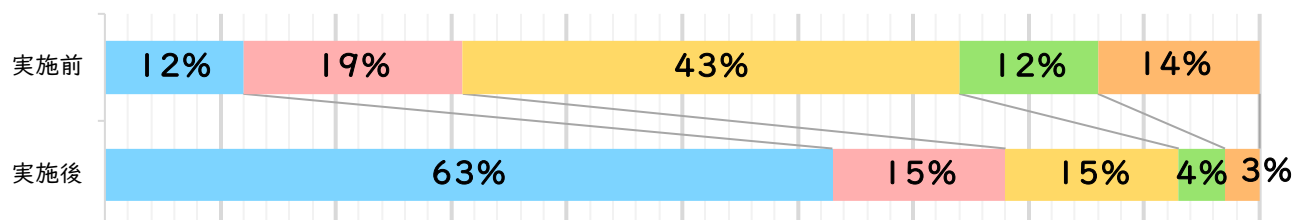
将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は67%、実施後は2ポイント増えて全体で69%が「欲しい」となりました。
人数については、男子45%、女子34%で「2人」という声が多数でした。

Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

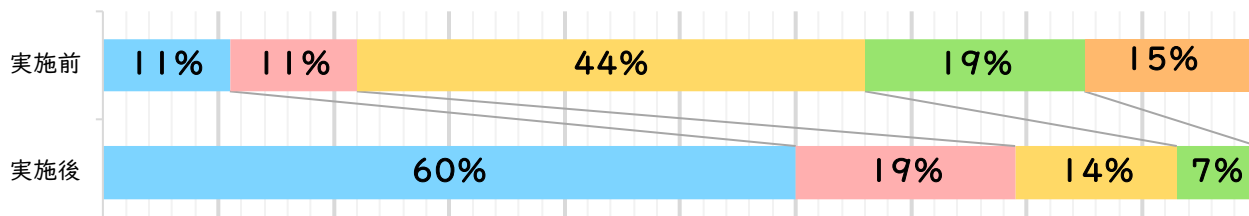
凡例：

- 理解している
- 少し理解している
- どちらでもない
- あまり理解していない
- 理解していない

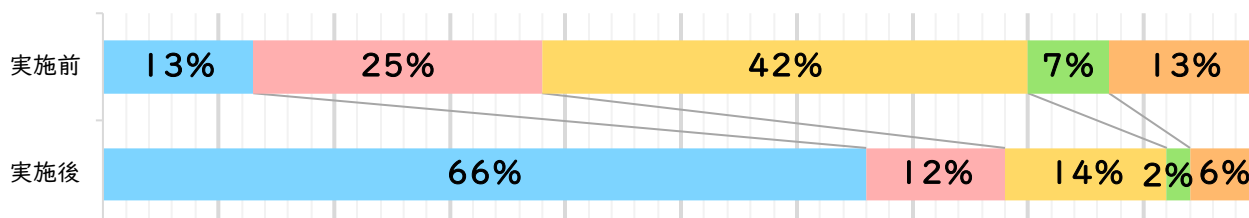
全体 (N=実施前107名、実施後93名)



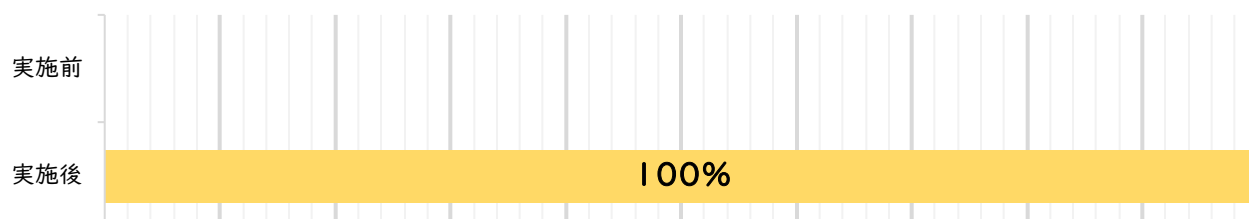
男子 (N=実施前47名、実施後42名)



女子 (N=実施前60名、実施後50名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)

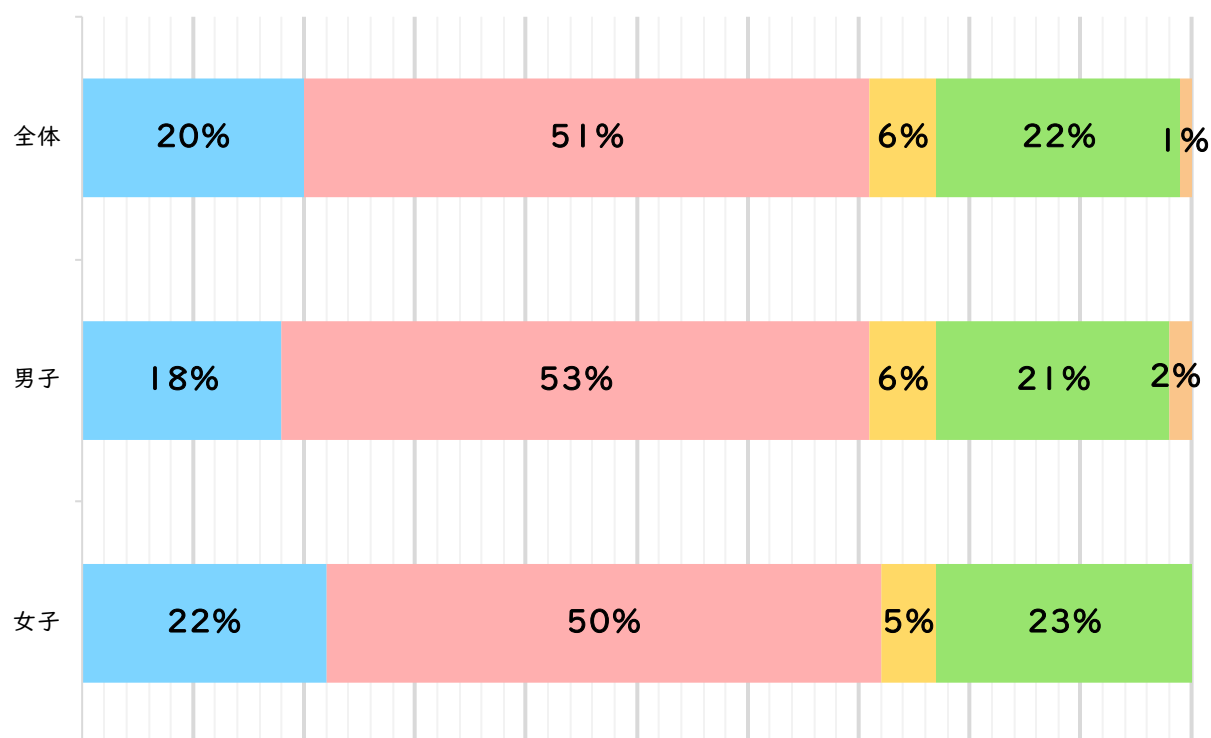


実施後、全体では「理解している」が51ポイント増え、「理解していない」が11ポイント減りました。実施後の「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は57ポイント増えて79%、女子は40ポイント増えて78%でした。

男子は、実施後に理解していない人が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない

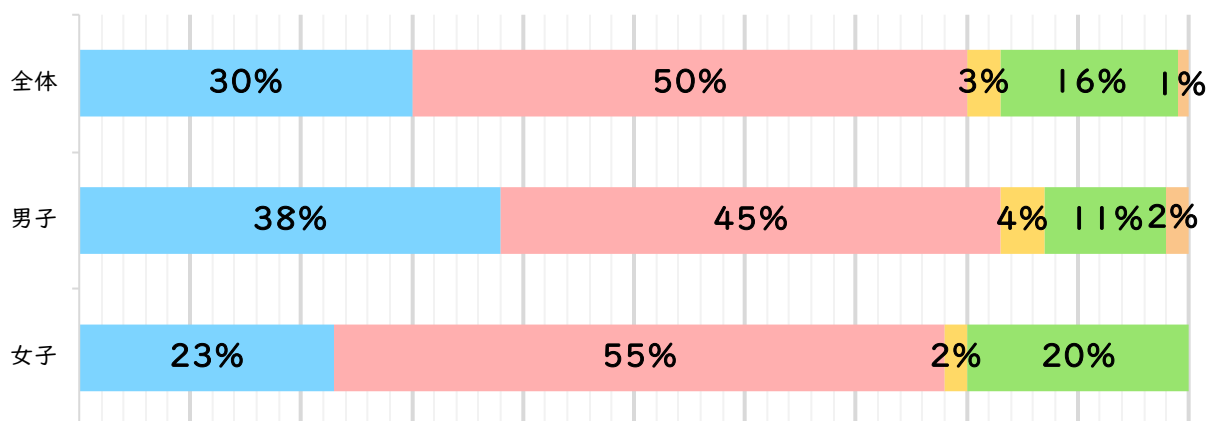


「よく考える」「少し考える」を合わせた割合は、男子 71%、女子 72%、全体で 71%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来について）考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

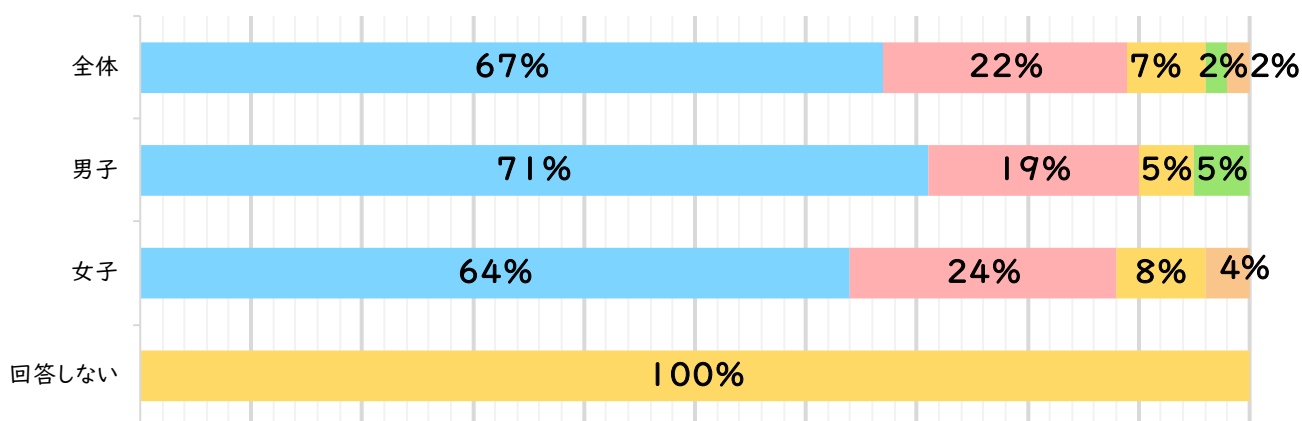
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



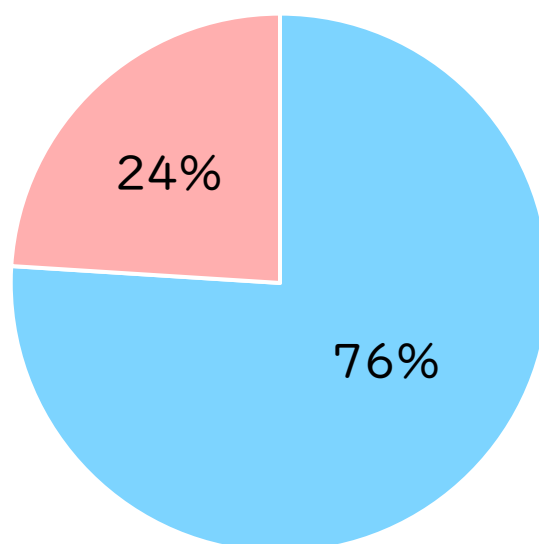
事前では「とてもそう思う」が全体で30%でした。

事後では「大事だと思った」が全体で67%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

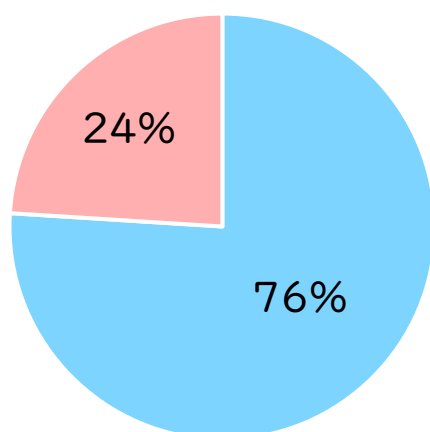
Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたが？

凡例： ■ はい ■ いいえ

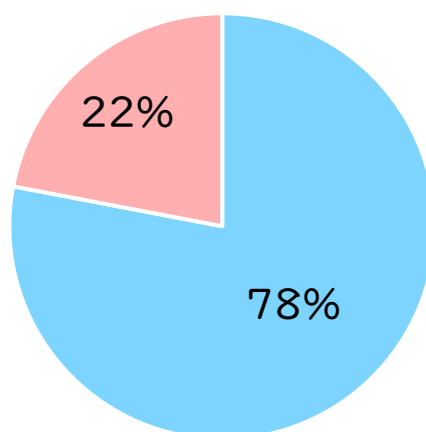
全体 (N=93名)



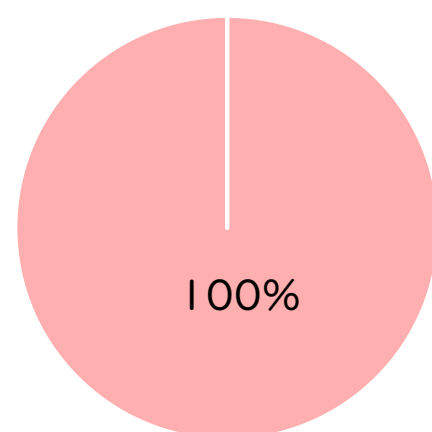
男子 (N=42名)



女子 (N=50名)



回答しない (N=1名)

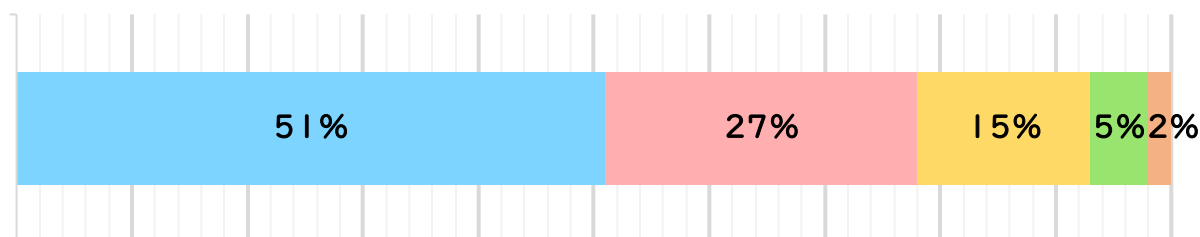


全体の76%が「はい」と回答しました。

男子は76%、女子は78%が「はい」と回答しました。

生徒の感想

- 凡例：
- 新しい知識や学びを得ることができた
 - 将来や夢、ライフデザインについて考えることができた
 - 自分や自分の生き方について考えることができた
 - セミナーの内容やパフォーマンスに感動した
 - その他



- 人生は無限大に可能性が広がっていると信じて生きることがとても大切であると感じました。そして、神様から与えられた人生「時間」を絶やすことなく、大切に生きていくことが生きる意味を追求することであると感じます。人間は限りある時間の中を生きるものであると感じました。素晴らしい、幸せな人生を。
- 相手に合わせるんじゃなくて自分がどう生きるかを決める。
- ライフデザインは思ったより簡単なことだと思った。世の中にはいろいろな価値観があることがわかった。
- やっぱり、夢はお金貯めて自由に生きること。
- 自由でいいんだなと思った。
- テレビの中で見るような人に会えて、すごいな—と思った。わたしにはまだ夢はないけれど、これから生活していく中で見つけられたらなと思った。
- 将来の夢でネガティブになってはいけない事がわかった。
- 年齢によってできない夢もあるから、今から考えるのは大事だなと思った。
- 口笛がすごいと思った。どうやって口笛でビブラートを出しているのか気になった。
- ありがとうございます。
- 機械？みたいなやつが面白かった。
- 少し前よりは自信が持てました、自分を自由にして良いんだ。
人に決めつけられないで自分がやりたい事をやりたいと思います。
- 将来のことが考えられた。

- 仕事はいっぱいあるんだなと感じた。将来について少しでも考えられて良かった。
- 自分の人生は自分が主人公だから、他人の迷惑や見られ方を気にしないでいいという言葉で少し心が軽くなった。
- 夢は諦めなければ叶う。
- 「将来の夢や、やりたいことをするには大人になってからではなく今から考えていくことが大切」ということがわかって、これから調べたり、大人に相談をして将来の計画をしっかりと立てていきたいと思った。
- 妊娠や子育てすることは意外と大変ではないと思った。
- 人生はこれからだと気付かされた。
- 今、自分は将来のことについて悩んでいたが、セミナーを聞いてゆっくり考えようと思った。口笛が素敵だった。
- 万里奈さん、応援しています。
- 不可能そうなことも取り敢えずやってみる、計画を立ててみるのが大切なんだ、と思った。
- ライフデザインを今から考えておくことで、自分の人生がより豊かになるのだと気づきました。4人の講師の方々を見て、自分もありのままでいいのだと気付かされました。でも、まだ自分のことを分かりきれていないので、これからもっと知っていきたいです。
- すごい！
- 自分の生き方をし、夢をあきらめないことが大事なんだなと思った。
- 人生設計は大事だと思った。
- 自分の個性を大切にしたい。
- 偽物の価値観があることが「やばい」と思った。
- 色んな生き方があるんだな、と思った。
- 自分の人生だから、自分でなんでも決めていいんだな、と思った。
- 将来のことについて詳しく分かったし、そのことを将来に生かせたら良いなと思った。
- ライフデザインについて今から考えることは大切だと思った。
- これを聞いたおかげで、億万長者の夢を叶えられるかもしれないと思った。
- タメになる話が多かった。
- 本当に、自分の価値観が大切だと知った。

- 講師の方々がみんな優しく、雰囲気良くて将来あんな大人になりたいなと思った。お金のことや将来像を今のうちに決めておくことが大事だと知った。すごくいい機会だった。
- 一人一人に大切な価値観があり、それを理解し合っていくことが大切だと思いました。
- 自分の人生設計は、周りの評価を気にせず自分の夢や目標、やりたいことを考えたうえで作れば良いと知った。
- これを機に将来についても考えるようになり、自分の性格などを認めようと思った。
- これからは、自分ともっと向き合っていきたい。
- 今回学んで、人それぞれ夢などがあり、その夢は叶えようと思えば叶えられることがわかった。
- 出産に適した時期があることは知っていたが、結婚に適した時期があることは知らなかったので気づけてよかったです。
- 人に迷惑をかけて計画を立てるのではなく、自分が主役ということが理解できた。また、できる・できないではなくて、したいということが大切だと気づいた。
- VRがすごく楽しかった。
- 結婚や子育ては人それぞれ。
- 他の人の言葉に流されたりしないで、自分が思ってる自分になれるようにこれから行動したいと思った。
- へー、そんなことがあるんだー。と思った。
- 世の中やりたくない仕事もやらなければいけないから、社会関係はちゃんと勉強しておいた方がいいと思った。
- 夢を諦めなかったら叶うから、諦めない方がいいと知った。
- 色々な生き方をしてる人がいると感じた。
- 今までは結婚などの適した時期などがわからなかったが、この学習で理解できた。
- 夢は諦めない事が大切だと思った。
- 人それぞれ幸せに感じるものも、幸せの形も違う。
- デヴィ夫人と知り合いたいと思った。

- 自分はこの先どんな人生を送っていくのか、将来のことなどを考えることができてよかった。
- 努力して挑戦すれば案外なんでもできるんだなと思った。
- 自分が相手に合わせた方が良い時があると思うけど、最終的な判断は自分の中で納得のいった答えが必要なのだなと思った。
- 将来のことを考えようと思った。
- 自分の将来について今から考えないと、未来で「こうなりたい！」と思っても叶えられない時があるとわかった。だから、今から将来のために勉強を頑張ろうと思った。
- 価値観は人によって違う。人の価値観にとらわれすぎると、ニセモノの価値観になるから、一度、「それって本当？」と自分に聞くことが大切であることが心に響いた。
- テニスをやることが夢で、今ではテニスの知り合いにビルをもらい管理している？という話を聞き、一つの夢でたくさんの選択肢ができることを知って将来が少し楽しみになった。
- お金について学んだり、自分がどんな人か考えられる良い機会になった。
- 子供を産むことや結婚することには適切な時期がある！
- ライフデザインに関して、大人になってから考えるのではなく、今のうちから考えておくことが大切だということを学んだ。今回のセミナーを受け、結婚・子育て・キャリア等の情報は今まで知らなかったので、新たな知識を得ることができてよかった。
- お金の稼ぎ方や、一ヶ月に使うお金の量を知ることができた。
- 将来の働き方、生き方について自分が今まで考えていたよりもたくさんの道があるんだと思いました。また働き方などについて、皆さんの今までの道のりや、自分のことについて触れながら話を聞いたのが嬉しかったです。
- 将来はお金を稼ぐ。
- 今回のセミナーは、将来自分が結婚したりした時に役に立つと思います。
- いろんな人生があるんだなと思った。
- 将来のことを考えるのは難しい。
- 自分の個性を大事にして、偽物の価値観を持たない。夢を諦めないで何度も挑戦して挫折しても折れない。
- 夢は持ち、諦めない。未来の形を今から作る。

- いろんなことについて、「それって本当？」か、確認しようと思う。
- 今から色々考えておくのがいい。
- 人生は色々ある。
- 結婚はいらない、お金の管理はいる。
- 人生でこんなに自分について考えたのは初めてだった。改めて考えて、この授業は大切だと思った。
- 夢はいくらでも叶うことがわかった。
- 妊娠のことについて色々なことを知れた。妊娠するとお金をもらえることにびっくりした。
- 妊娠・出産などには適した時期があるということが知れた。
- 勉強になった。
- 今思うと私は自分の価値観ではなくニセモノの価値観で考えていたことに気づいた。これからは自分軸で生きていたい。
- みんな思ったより色々な経験をしているんだと思った。
- やりたいと思ったことはできる。
- 将来のことや、今のことについて理解することができた。
- 今回のセミナーでいろんな生き方があることを知りました。これからは、今回聞いたことを活かしながら生活したいなと思いました。
- 仕事について考えていて、自分の趣味の時間を取れる仕事がいいなと思って
いるけれど、気になっている仕事もあるからそれもいいなと考えることが
できた。
- 自分の価値観を大切にする。
- やらない・出来ないって決めつけるのは良くないな、と思った。
- まだ将来のことは考えてないけど、話を聞いて将来のことを考えてみることに
した。
- 今まで将来のことはあまりイメージが浮かばなかったけど、さまざまな仕事
をしている人達の話を知ったり、未来の計画を立てたりして、将来のことを
楽しく考えることができるようになった。さまざまなものに精通している人
たちの話を聞くことは、自分の世界を広げることに繋がったので、こういう
セミナーはまた受けたいと思った。

<青遙学園 第二中学校>

- (1) 日 時：令和7年12月17日（水）
- (2) 講演会の名称：中学生のためのライフデザインセミナー
- (3) 講師：一般社団法人わくわく人生デザインラボ
- (4) 対象者：第8学年（市立中学校の第2学年）
- (5) 内容：① ライフデザインとは
② クイズ
③ 加藤万里奈さんミニ講演「夢を叶える」
④ 結婚・出産
⑤ 自分を知るワーク「ぼく・わたしは」
⑥ 価値観「ニセモノの価値観」
⑦ ワーク「それってホント？」
⑧ お金について
⑨ ワーク「1ヶ月にかかるお金」
⑩ キャリア
⑪ Q&A「東大に入るには？」など
⑫ ワーク「未来年表作成」

前半

後半



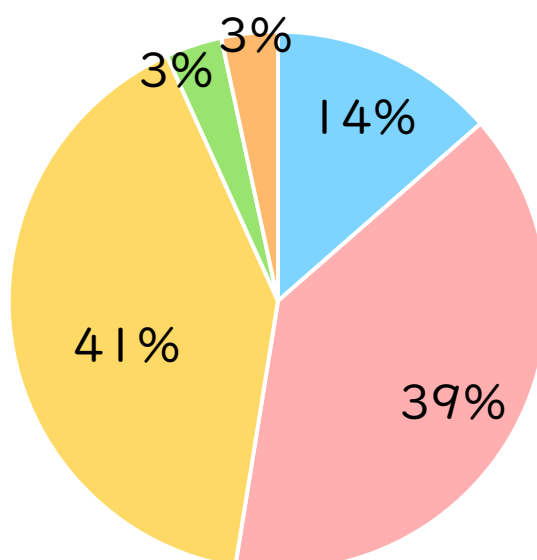
アンケート集計の結果



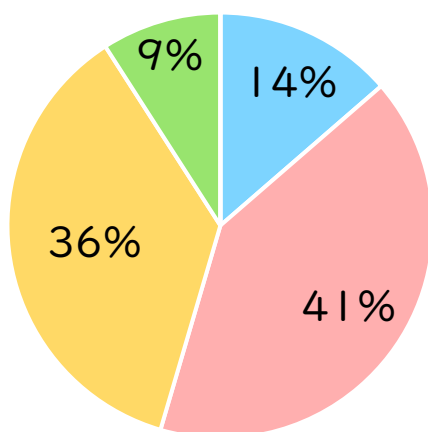
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

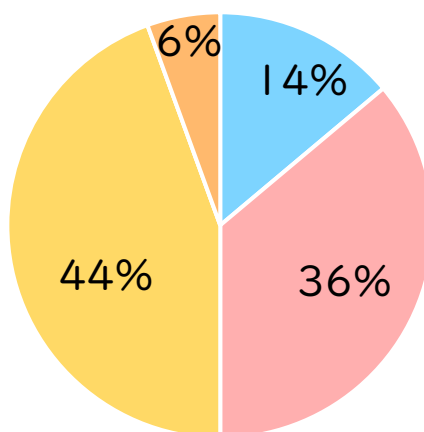
全体（N=59名）



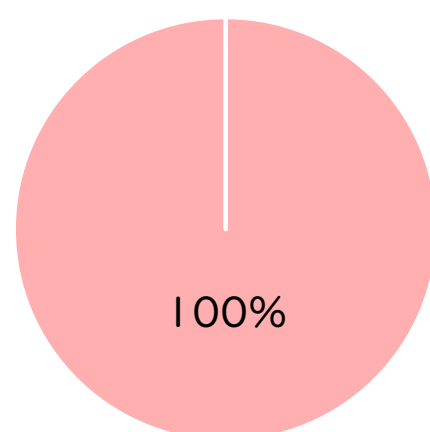
男子（N=22名）



女子（N=36名）



回答しない（N=1名）



男子では 41%、回答しないは 100%で「2人」兄弟(姉妹)が多く、
女子では 44%で「3人」兄弟(姉妹)という回答が最多でした。

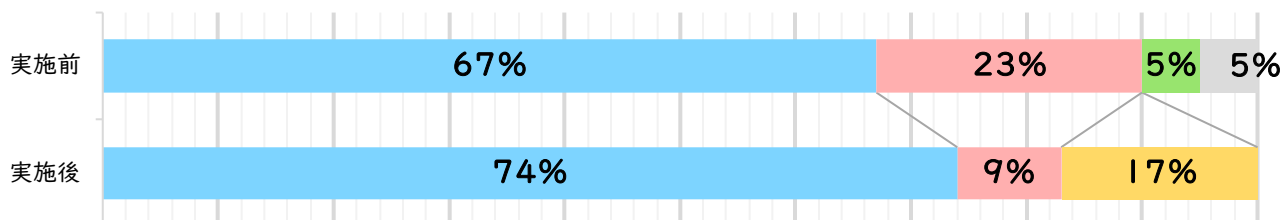
Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない ■ わからない ■ 結婚はせずパートナーは欲しい ■ どちらでもない ■ 考えていない

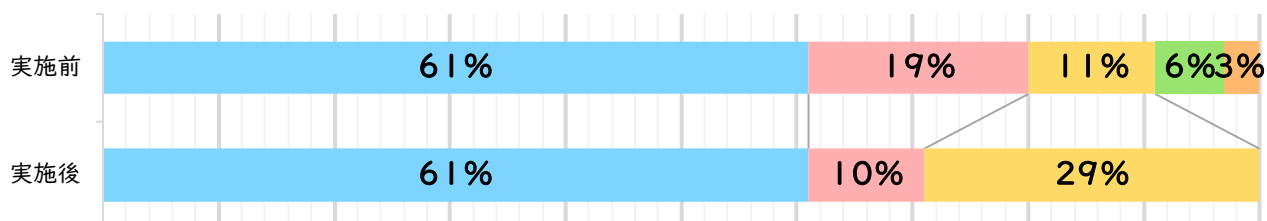
全体 (N=実施前59名、実施後57名)



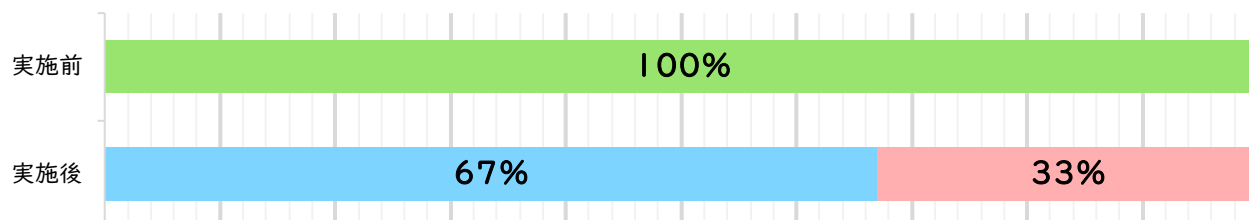
男子 (N=実施前22名、実施後23名)



女子 (N=実施前36名、実施後31名)



回答しない (N=実施前1名、実施後3名)



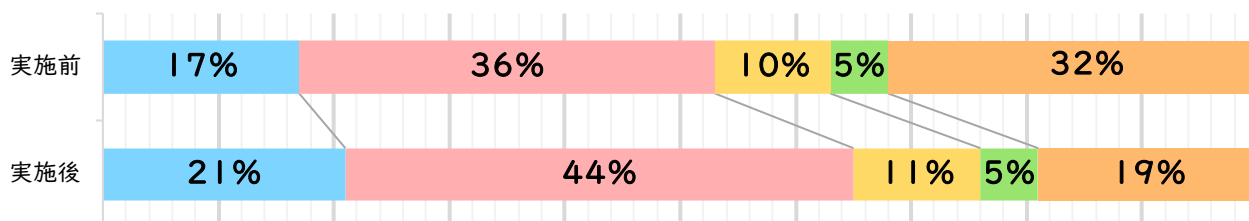
「結婚したい」は全体で、実施前 63%、実施後は 4 ポイント増えて 67% でした。「結婚したくない」は実施前 19%、実施後は 9 ポイント減って 10% になりました。

実施後は「わからない」という回答が 7% から 23% に増えました。

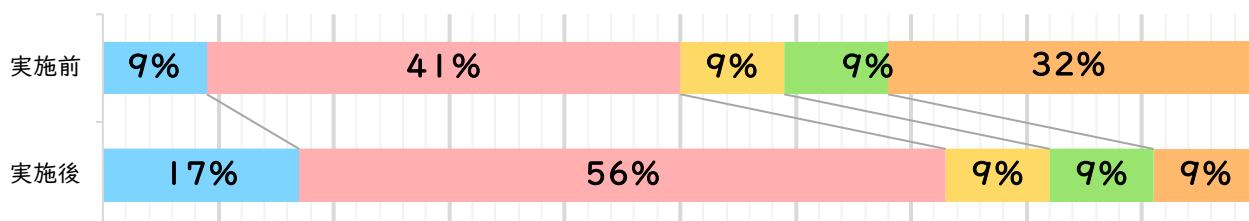
Q3. 将来子どもは欲しいですか？ はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

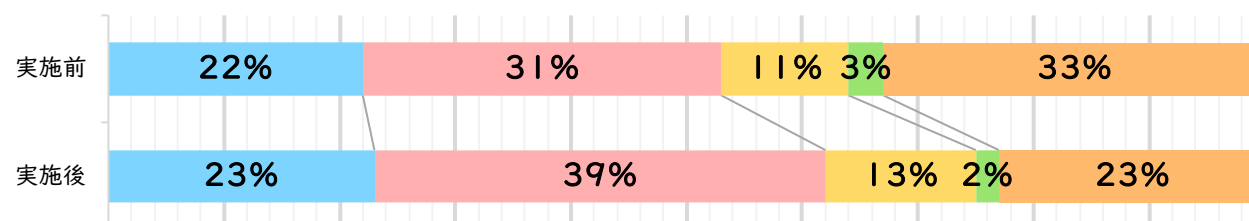
全体 (N=実施前59名、実施後57名)



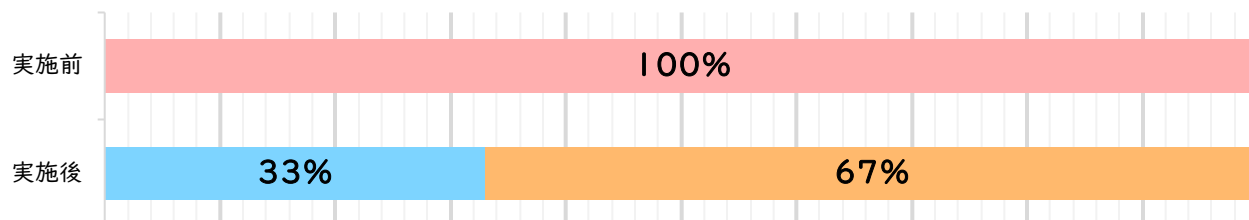
男子 (N=実施前22名、実施後23名)



女子 (N=実施前36名、実施後31名)



回答しない (N=実施前1名、実施後3名)

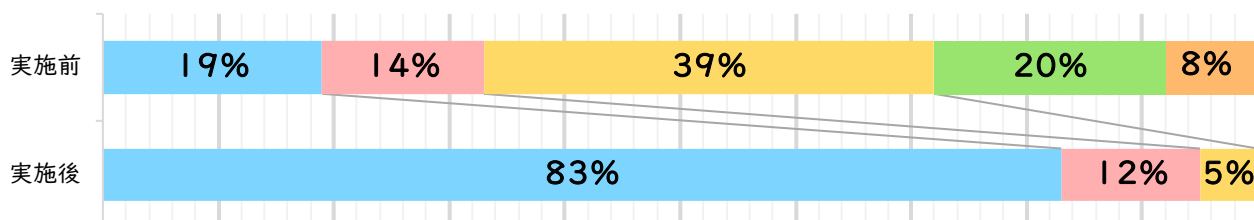


将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は68%でしたが、実施後は13ポイント増え、全体で81%が「欲しい」となりました。人数については、男子56%、女子39%で「2人」という声が多数でした。

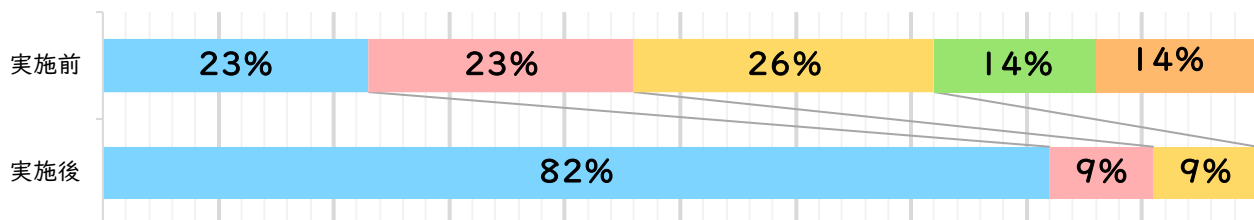
Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

凡例： ■ 理解している ■ 少し理解している ■ どちらでもない ■ あまり理解していない ■ 理解していない

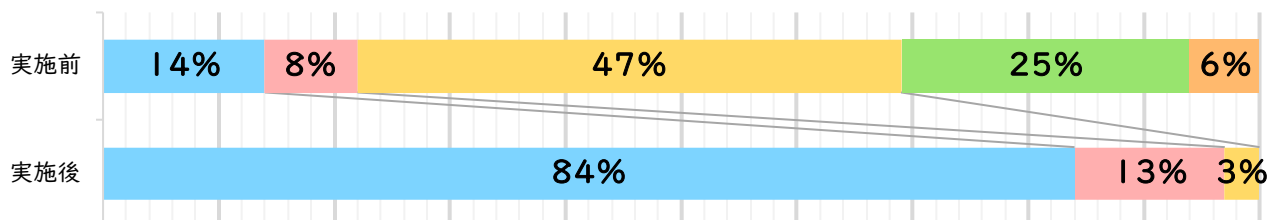
全体 (N=実施前59名、実施後57名)



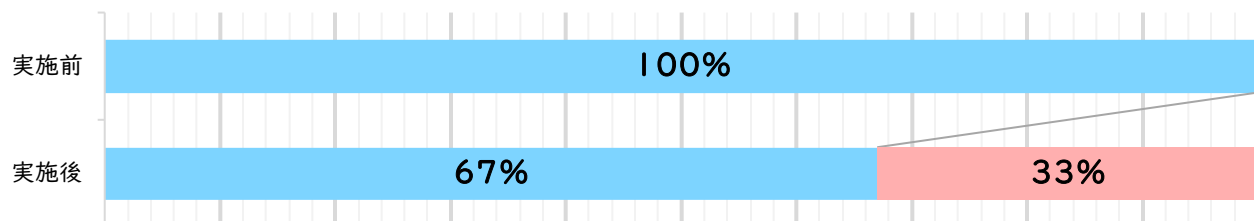
男子 (N=実施前22名、実施後23名)



女子 (N=実施前36名、実施後31名)



回答しない (N=実施前1名、実施後3名)

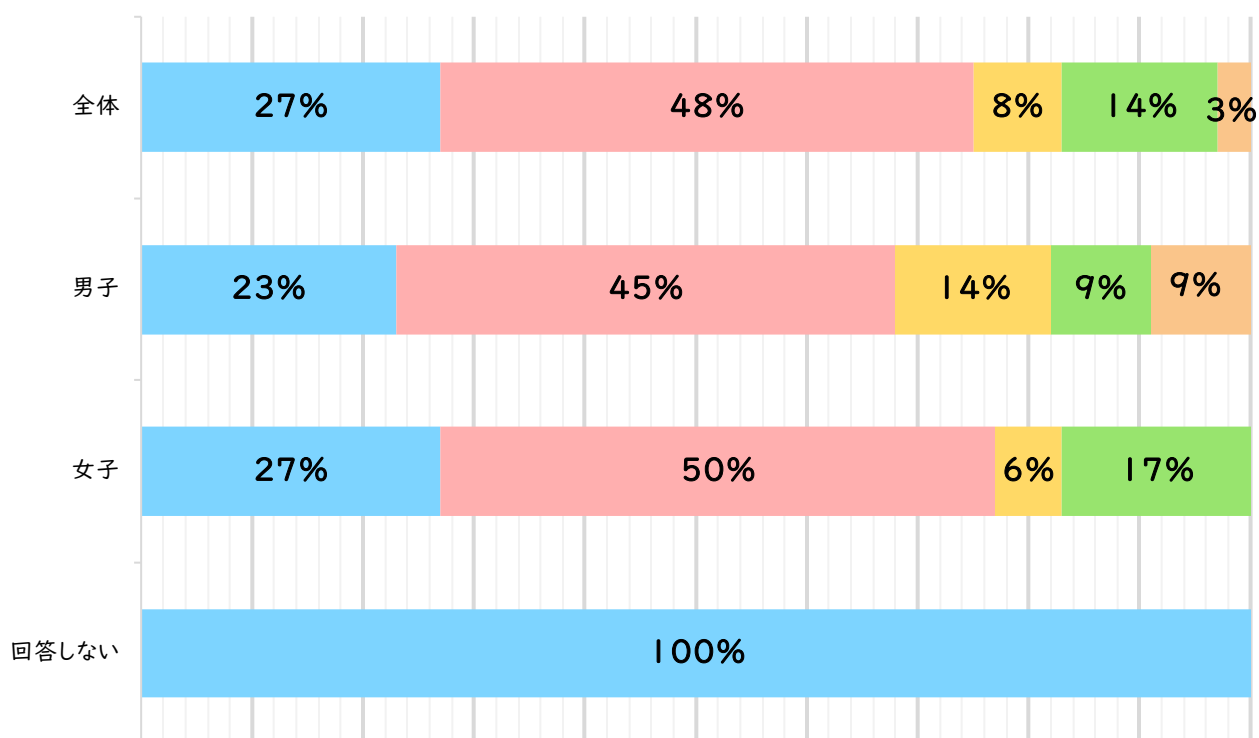


実施後、全体では「理解している」が64ポイント増え、「理解していない」が0%になりました。実施後の「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は45ポイント増えて91%、女子は75ポイント増えて97%でした。

実施後は、男子、女子ともに「理解していない」が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない

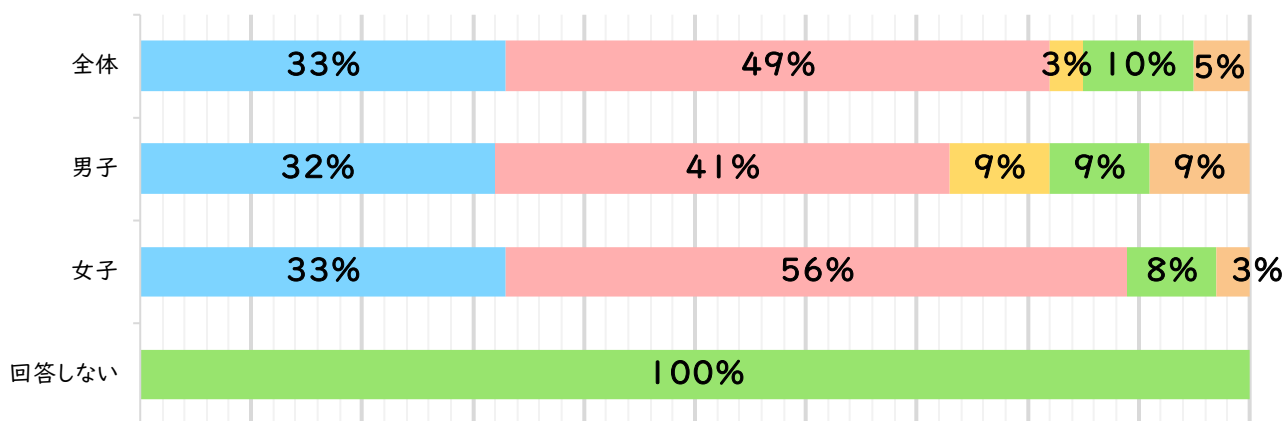


「よく考える」「少し考える」を合わせた割合は、男子 68%、女子 77%、回答しない 100%、全体で 75%と、ほとんどの人がライフデザインについて(将来について)考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

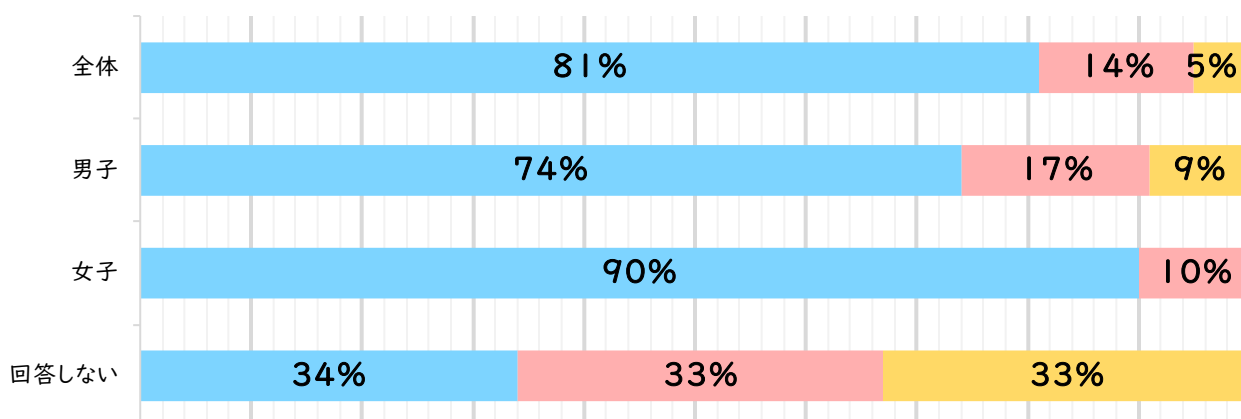
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



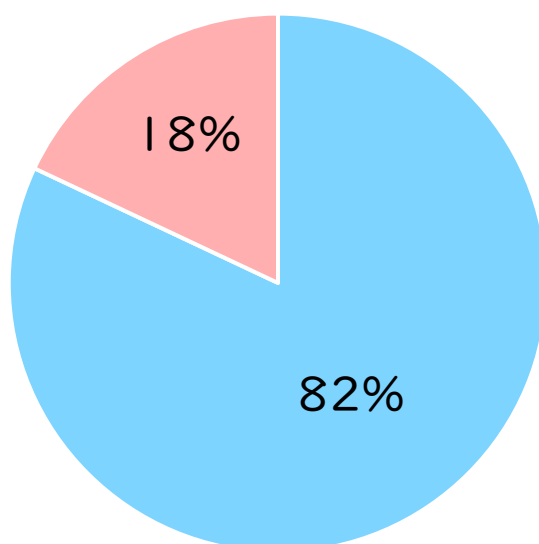
事前では「とてもそう思う」が全体で33%でした。

事後では「大事だと思った」が全体で81%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたか？

凡例： ■ はい ■ いいえ

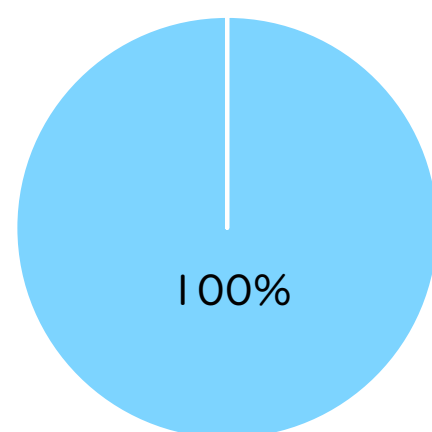
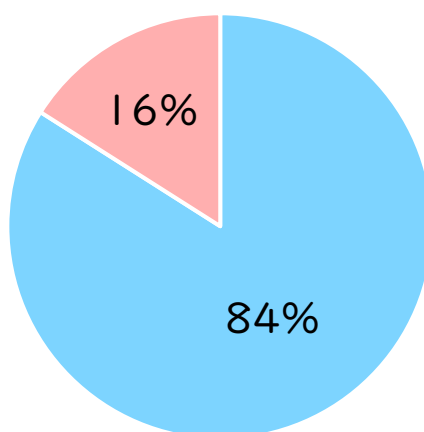
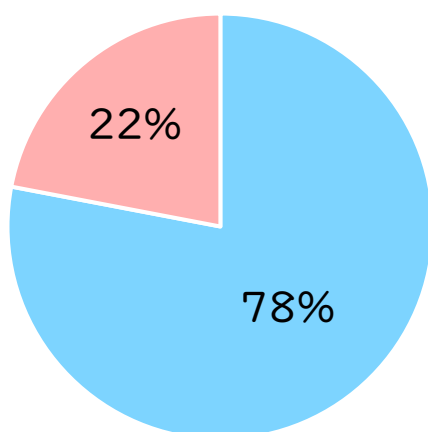
全体（N=57名）



男子（N=23名）

女子（N=31名）

回答しない（N=3名）

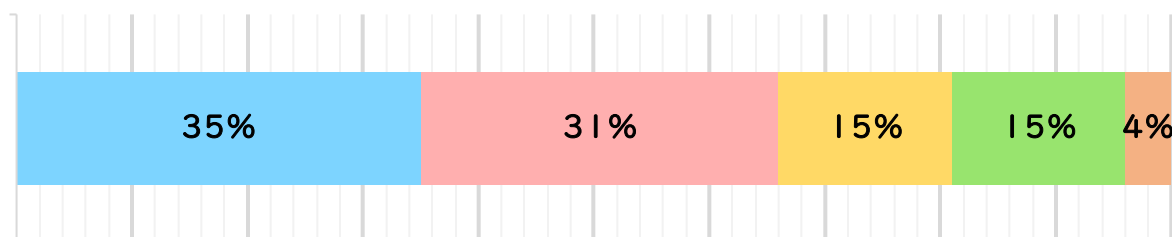


全体の82%が「はい」と回答しました。

男子は78%、女子は84%、回答しないは100%が「はい」と回答しました。

生徒の感想

- 凡例：
- 人生や将来について考えることができた
 - 新しい学びや知識を得られた
 - 結婚や出産について考えることができた
 - 自分や自分の価値観について考えることができた
 - その他



- 将来のことを考える大切さがわかった。
- すご！
- 結婚や出産がどれだけ大変かがよくわかった。
- 価値観が合う人と関わるのが大切ということがよくわかった。
- とても楽しく授業を受けて、結婚、妊娠について深く考えることができました。これからはもっと自分の人生についてよく考えたいなと思いました。
- 今まで知らなかったことを知れてよかった。
- 自分に向き合って未来について考えることができた。
- セミナーを受けてこれからの人生について真剣に考えていくことが大事だと分かりました。
- 結婚は大変なもので自由がないものと思っていましたが、全然そんなことないと分かりました。貴重でとても楽しい2時間でした。
- 自分の生き方を考えようと努力した。
- まりなさんが可愛かった。
- このセミナーを聞いて自分が今なにも考えていないんだな、とよく分かったので、考えたくなった。
- 妊娠したらお金がもらえることを初めて知ることができた。
- 今までは無理だと諦めてしまうこともあったけれど、これからは諦めないで挑戦してみようと思った。
- 自分達の好きな時に妊娠をすると子供が旅立ったら年老いてできることが限られることがわかった。

- 自分の夢を叶えたかったら、自分から動くのが大切だと思った。
- 将来のことについてよく考えられた。
- 分からないことをよく知れた。
- 夢は諦めず挑戦するのが大切。
- 自分から行動しないと何も始まらないということ、本当の自分の価値観を見つけることが大事、自分をよく知ることが大切なんだなと思った。
今ライフデザインについて考えることで、将来の仕事などたくさんを知ることができたので、とてもいい経験になったしとても楽しかった。
- 今から将来は何をしたいか考えておいて、やりたいことができない、できなくなってしまったなどの後悔がないようにしたいと思った。
また、やりたいことをやれる人生について、個人でも計画を考えてみたいと思った。
- それぞれが自分らしく生きるということ。
- 今まであまり考えてなかったことを考えられてよかったです。
- 自分で行動しなければ夢は叶わないとわかった。
- 夢を叶えるためには長い期間が必要になるため、今から考えておくことが大切だと思った。
- 学生のうちからライフデザインをある程度は決めておいた方がいいことがわかった。
- 世の中には自分と違う考えを持っている人が多いからその人の意見を尊重したい。
- 普段関わりのない人たちの話だからこそ学べるものがあって、将来に活かしていきたいと思いました。
- 今から将来のことを考えるのは大切だと思った。
- ポジティブ思考にして毎日を過ごせたらいいと思いました。
- 自分が将来どんな人生を歩みたいかを考えることが出来た。
- 子育てや出産が「大変」だったり、「自由がなくなる」と捉えている人がたくさんいたけれど、それをポジティブに捉えようと先生が言っていたのが心に残った。
- 自分の将来は早めに考えるのがいい。
- 若いうちから将来のことを考えるのは重要だと思った。

- このセミナーを聞く前は、子育てなんてお金がかかるしストレスが増えるしでいいことないと思っていたけど、今は子供を産む時にお金がかからないし、ストレスはあるかもしれないけどそれくらい元気で可愛いということを知って、将来もし結婚出来たら頑張りたいなと思った！
- マイナスに考えると1日がマイナス思考になってしまうからプラスに考えようと思った。
- 自分の将来を実際に想像して、今の自分にはどんな事が出来るのかをしっかりと考える事が出来た。
- 将来の夢ややりたいことを今のうちに考えておくほうがいいことが分かりました。
- 後悔ないように想いはしっかり伝えよう。
- 妊娠にはお金が沢山かかると思っていたましたが、妊娠するとお金が支給されるということが分かった。
- 人生にはいろんなことがある。
- 今回のセミナーで結婚適齢期や子育てなど将来について改めて考えることができた。これからは自分のライフデザインを考えながらより良い生活を送りたいと思った。
- 今から将来について考えていくことが大事だと思った。
また、何事に対してもポジティブに考え、やっていきたいと思う。
- 自分の将来の夢は諦めずに誰かに相談することや、自分から行動したら叶うことがわかった。
- 人生の計画を立てることや夢を諦めないことの大切さがわかった。
- お仕事は、大企業などがあり知識や努力が必要ということがわかりました。
- 今、将来について考えることがすごく大事ということがわかった。
- 考えることが増えたと思った。
- 自分の未来を面白く考えられた。
- 今、自分がやるべきことや、これから自分がどうするか考えるきっかけになりました。
- 結婚や出産をしたい人は早い時期にした方が後から夫婦の時間を取れるとわかった。初めは、出産は20代後半～30代前半でいいと思ってたけど、話を聞いてみて少し早めにしたいと思った。
将来何の仕事に就きたいか、どこに行きたいかは早く考えて、そこに行くための準備の期間をちゃんと確保するのが大事だとわかった。
- 自分の将来について考えることは難しい。

<緑桜学園 第三中学校>

- (1) 日 時：令和7年11月28日（金）
- (2) 講演会の名称：中学生のためのライフデザインセミナー
- (3) 講師：一般社団法人わくわく人生デザインラボ
- (4) 対象者：第8学年（市立中学校の第2学年）
- (5) 内容：① ライフデザインとは

前半

- ② クイズ
- ③ 結婚・出産
- ④ ワーク「自分とは」
- ⑤ 価値観「ニセモノの価値観」
- ⑥ 自分を知るワーク「ぼく・わたしは」

- ⑦ 加藤万里奈さんミニ講演「夢を叶える」
- ⑧ お金について
- ⑨ ワーク「お金の使いみち」
- ⑩ キャリア
- ⑪ Q&A「子育てはお金がかかる？」など
- ⑫ ワーク「未来年表作成」

後半



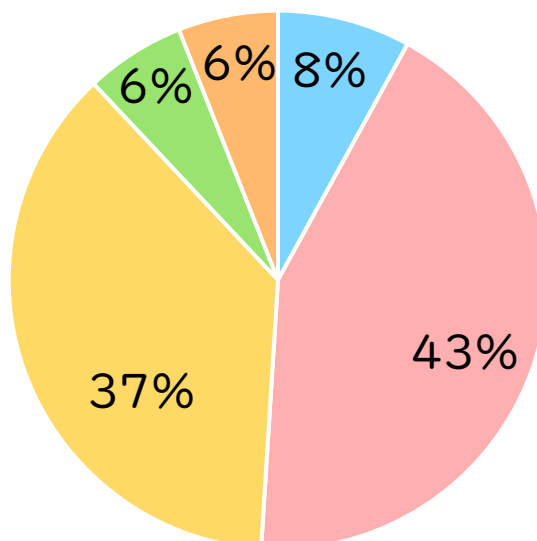
アンケート集計の結果



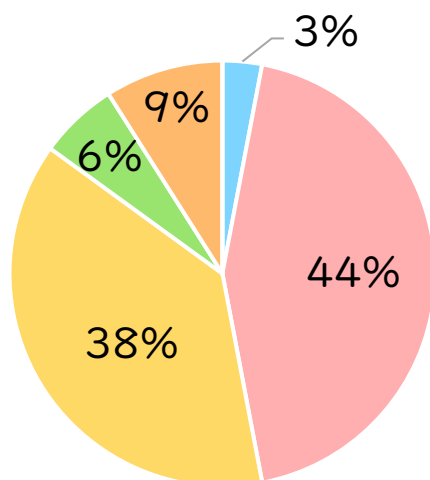
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

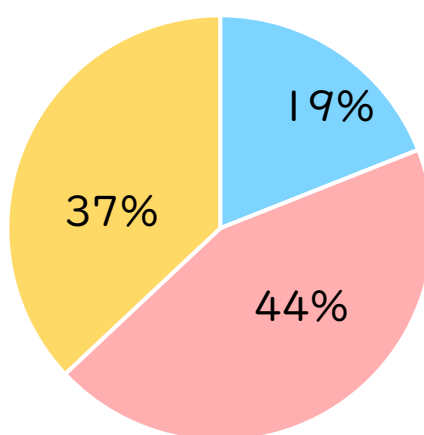
全体（N=51名）



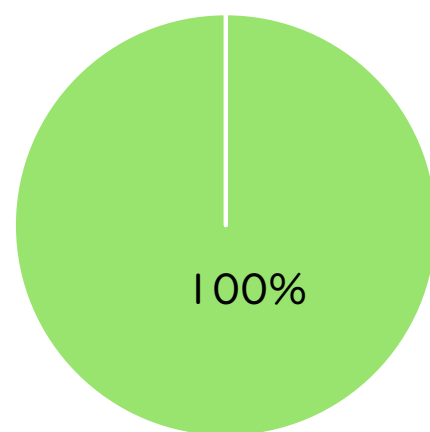
男子（N=34名）



女子（N=16名）



回答しない（N=1名）

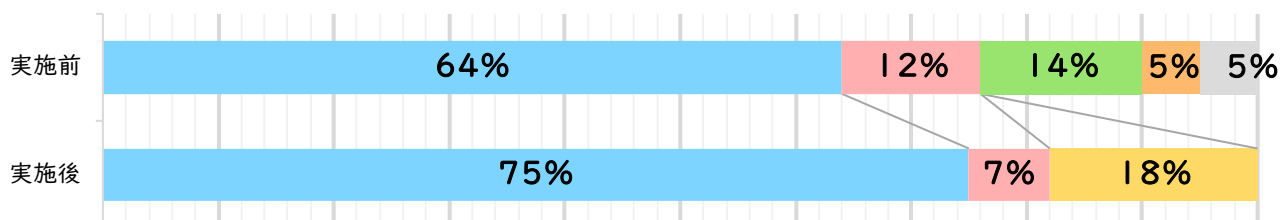


男子では44%、女子では44%で「2人」兄弟(姉妹)という回答が多く、
全体では「2人」兄弟(姉妹)が43%、次いで「3人」兄弟(姉妹)が37%でした。

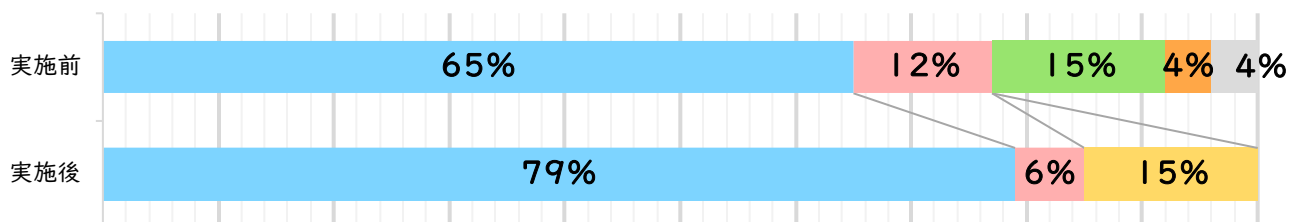
Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない ■ わからない ■ 結婚はせずパートナーは欲しい ■ どちらでもいい・どちらともいえない ■ その他

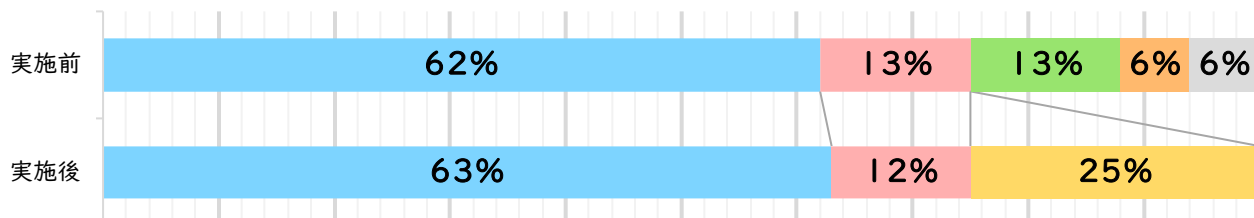
全体 (N=実施前42名、実施後51名)



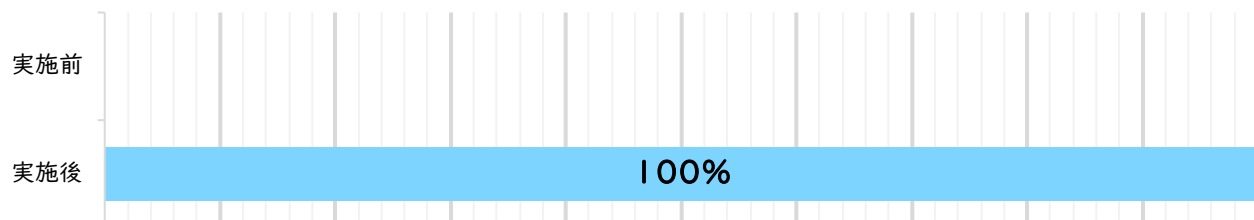
男子 (N=実施前26名、実施後34名)



女子 (N=実施前16名、実施後16名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)

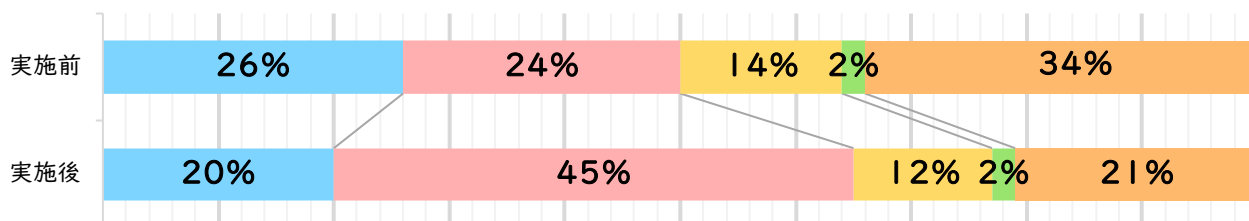


実施前は64%の子が「結婚したい」と回答し、実施後は11ポイント増えて75%になりました。また、実施後は「わからない」という回答が0%から18%に増えました。男女別で見ると実施後に男子は14ポイント、女子は1ポイント結婚したい子が増えました。

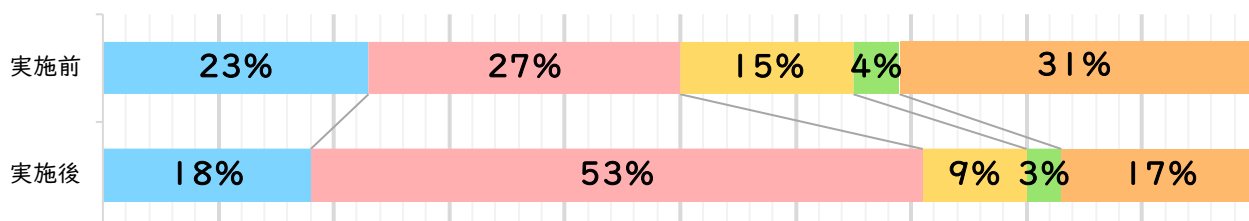
Q3. 将来子どもは欲しいですか？ はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

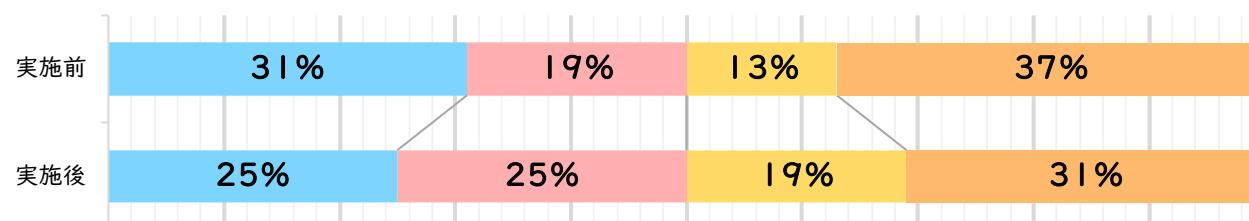
全体 (N=実施前42名、実施後51名)



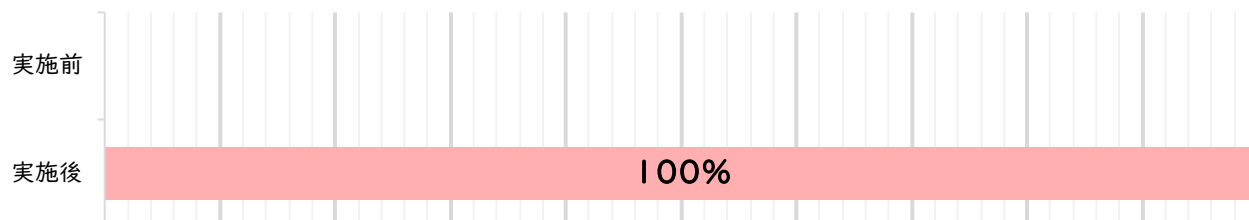
男子 (N=実施前26名、実施後34名)



女子 (N=実施前16名、実施後16名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)

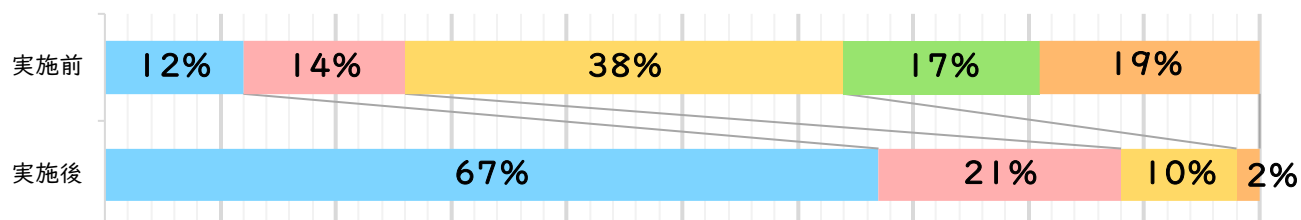


将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は66%でしたが、実施後は13ポイント増え、全体で79%が「欲しい」となりました。人数については、男子53%、女子25%、回答しない100%で「2人」という声が多数でした。

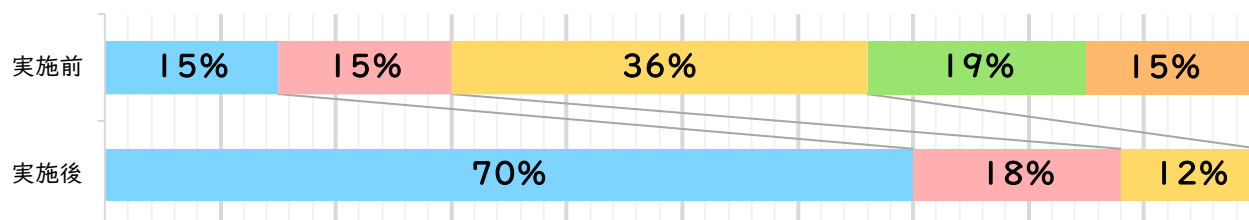
Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

凡例： ■ 理解している ■ 少し理解している ■ どちらでもない ■ あまり理解していない ■ 理解していない

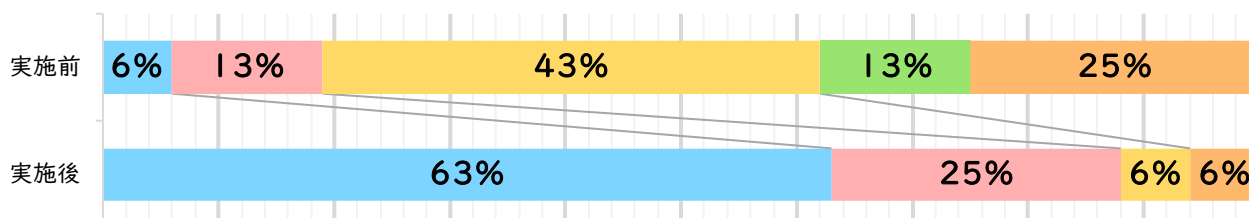
全体 (N=実施前42名、実施後51名)



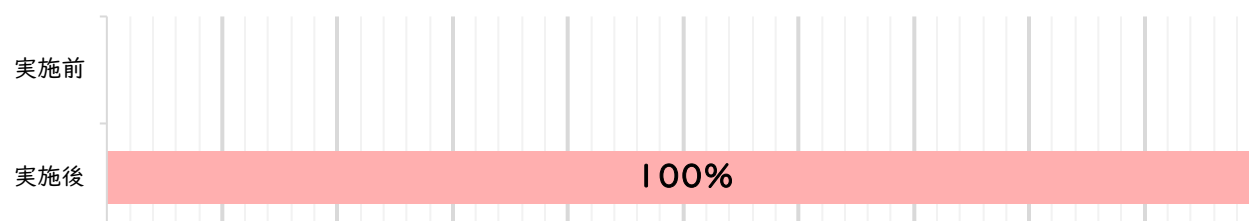
男子 (N=実施前26名、実施後34名)



女子 (N=実施前16名、実施後16名)



回答しない (N=実施前0名、実施後1名)

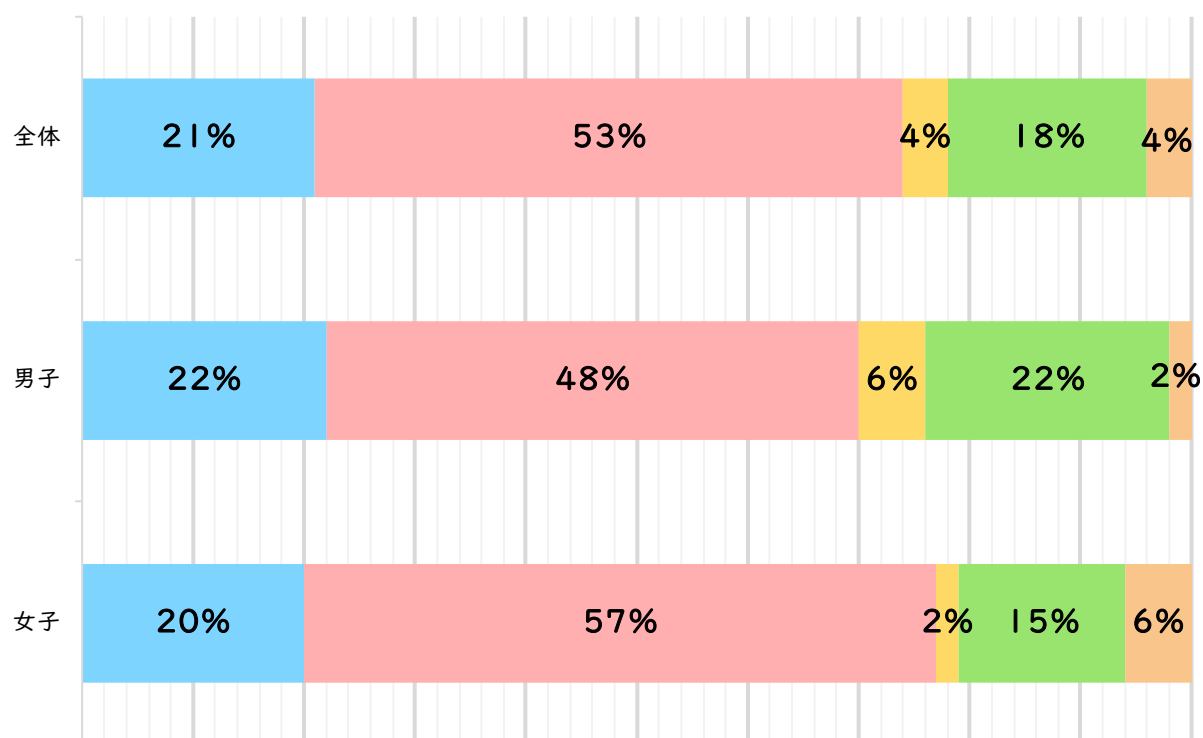


実施後、全体では「理解している」が55ポイント増え、「理解していない」が17ポイント減りました。実施後の「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は58ポイント増えて88%、女子は69ポイント増えて88%でした。

男子は、実施後に「理解していない」が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない

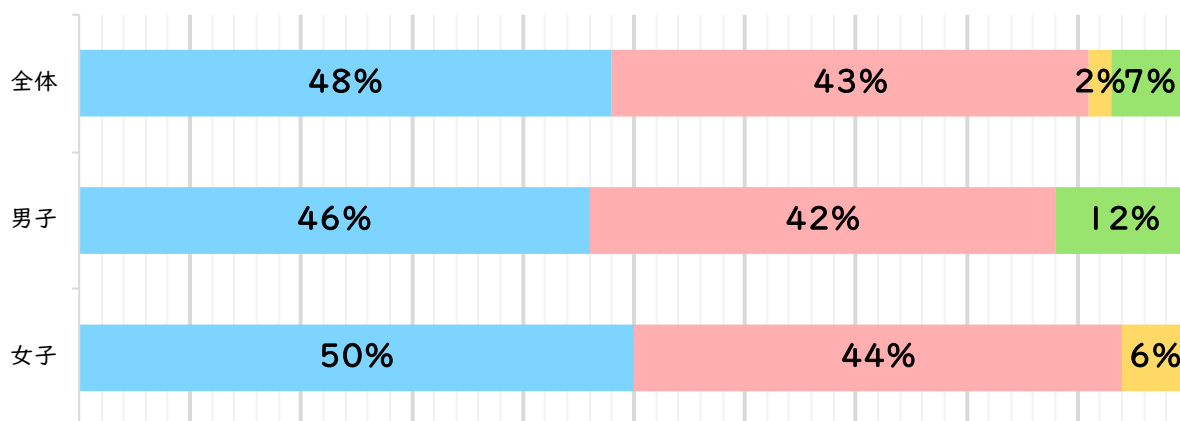


「よく考える」「少し考える」を合わせた割合は、男子 70%、女子 77%、全体で 74%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来について）考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

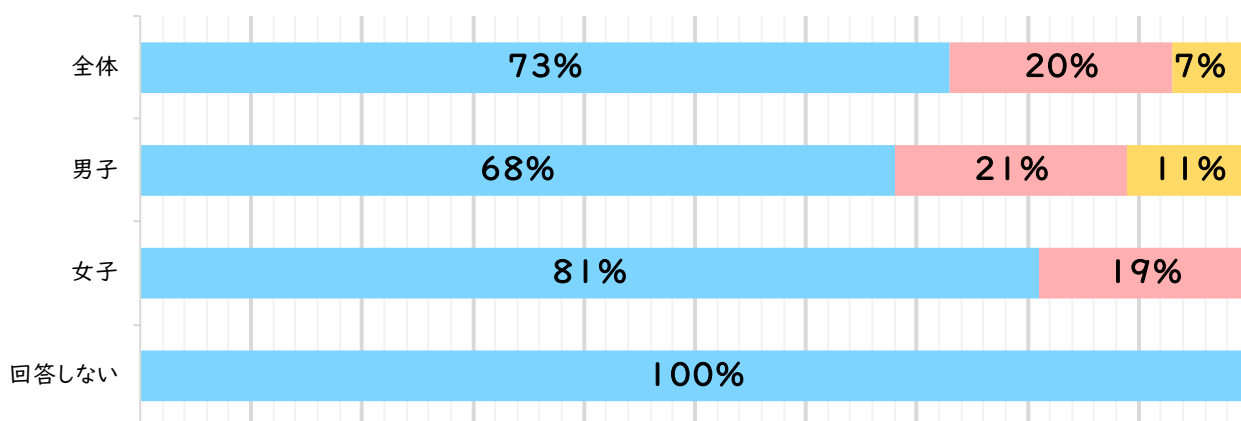
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



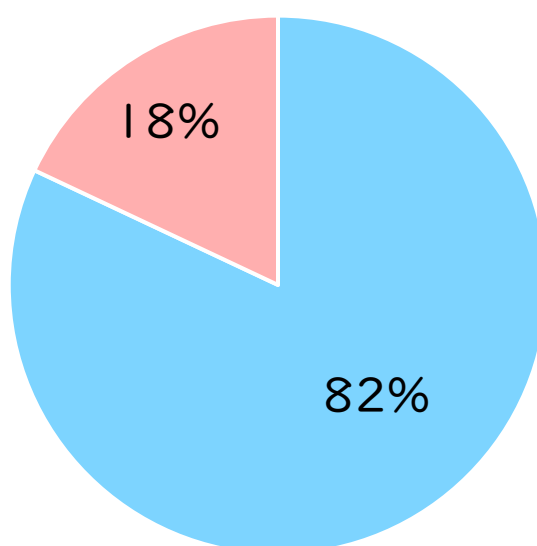
事前では「とてもそう思う」が全体で48%でした。

事後では「大事だと思った」が全体で73%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたが？

凡例： ■ はい ■ いいえ

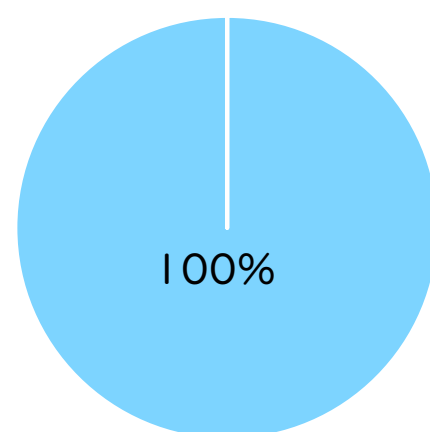
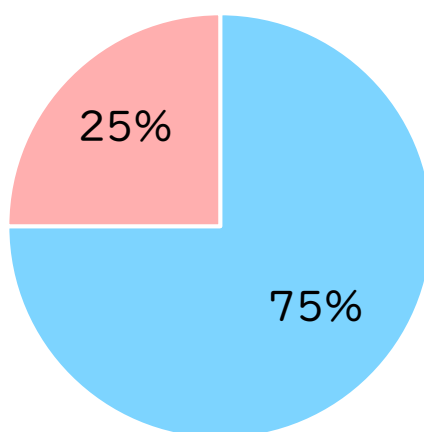
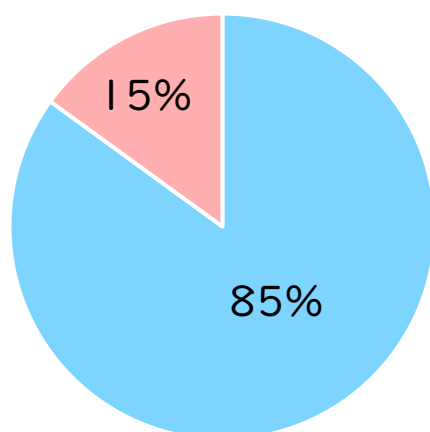
全体 (N=51名)



男子 (N=34名)

女子 (N=16名)

回答しない (N=1名)

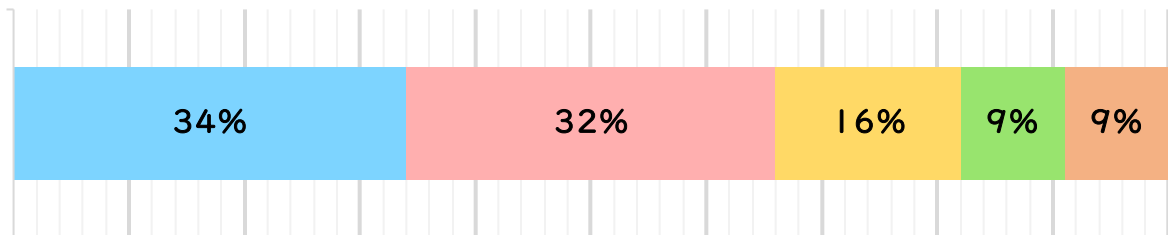


全体の82%が「はい」と回答しました。

男子は85%、女子は75%、回答しないは100%が「はい」と回答しました。

生徒の感想

- 凡例：
- 新しい知識や学びを得ることができた
 - 人生や将来について考えることができた
 - 自分自身について考えることができた
 - 自分や相手の気持ち・価値観を大切にしたいと思った
 - その他



- 異性のことを好きな方もいれば、同性のことを好きな方もいると分かったので、決めつけたりするのではなくて相手の気持ち、自分の気持ちを大切にしていくことが重要だと思いました。
- 人によってそれぞれ違う事を知って人に押し付けずにやっていきたいと思った。
- まずは自分自身のことを理解しないといけない。
- 今回のセミナーで自分についてよく知れたし、これからについても少しだけわかった。
- 夢なきものに先は無しだと思った。
- 色々な生き方についてよくわかった。
- 人生はキャッチアンドエラーだということを知った。
- 人はいろいろなキャリアを選ぶので、今からたくさん勉強していい人生を送れるようにしたい。
- 皆さんの人生が聞けて良かったです。
- 自分の意見って大事なんだなと思いました。
- 自分の未来、将来の夢は諦めずに目指して達成しようと思えた。
- 夢は諦めないで自分で叶えることがわかった。最後の口笛がすごかった。
- 人生において難しいことがわかった。
- 自分がやりたいことをやってみたり、たくさんのに挑戦して経験していきたいと思いました。

- 自分の価値観と偽物の価値観を間違えたりせず、夢を諦めないように頑張ろうと思いました。
- 人生をどう過ごすかを今から考えることで、充実した人生を過ごせることができるようになった貴重な体験だった。
- ライフデザインは色々なあり方があるんだなと思った。
- 自分は将来何がしたいかを、この授業を通して振り返ることができた。
- 色々な人が価値観を持っていること、今後自分を探している人が現れるかもしれないこと、何事も挑戦だということを知りました。
- 人生は色々なことがあるけど、これからについての計画をたてていきたい。
- 今のうちにやっておきたいことをたくさんすることが大切だと学びました。
- 将来の親の会社を継ぐことになるから今からお金の勉強をしようと思う。
- この話を聞いて、夢を追うとどうなるかや、生き方の見つけ方がわかった。
- 人生才能でほぼ決まるんだなと思った。
- 妊娠や出産にも適している時期があることがわかりました。
自分に向き合おうと思いました。
- ちゃんと自分の未来のことを考えた方がいいと思わされた。
- 生活の仕方が増えました。
- 自分の生き方を突き通していきたいです。
- 今後の人生で、自分らしい生き方をしたり、自分に適した仕事を見つけたりすることの重要性などを、今回の授業で理解できた。
- 今から自分のやりたいことに向けて取り組むことがとても大切だと分かった。これから人生についてや自分のやりたいこと、目指しているものについてよく考えてみようと思った。
- 一生は長いけど、将来のことを今のうちから考えるのはとてもいいことだと気づきました。
- 人生には色々なことがあると分かった。これからも勉強頑張る。
- 自分にあった価値観を見つけ、それに向かって歩いていくことで楽しいことや幸せと感ずることができると思った。
- 結婚や子育てについて、自分のキャリアについて、この時間ですごくわかり、とても自分のためになる話を聞かせていただけて良かったです。

- これから自分がやりたいことは、チャレンジしてみようと思う。
将来や、今の日本の進行状態なども知ることができた。
- 自分のためになった。自分を探してくれている人がいるとわかった。
- 今回のセミナーを聞いて、キャリアなどの深いところを理解した上であらためてライフデザインを立てたり考えたりすることが大切だと思いました。
- デヴィ夫人に会いたいという一心で諦めずに会えているのがすごいと思った。
- たくさんお金を稼いで活躍している人は小さい頃からの積み重ねで生活しているのだと思いました。今日来てくれた4人を見習って将来お金を貯めていきたいです。
- すごく自分のためになって、将来のことを考えたいと思った。
- 結婚する時期や仕事、自分が進んで動かなきゃ未来も変わってきってしまうことがわかりました。
- 今まで将来ってどういう感じなんだろうと思っていてあまり深く考えていなかったのですが、今回のセミナーを聞いて将来の道はたくさんあり、もっと考えてたくさんの選択肢をつくるために頑張りたいなと思いました。
- 自分自身のことをよく知って自分らしさを出すことも大切なのかなと思いました。今から計画を立てることでこれからの将来に向けて行動できるので、完璧に決めなくてもやりたいことくらいは決めておいた方がいいなと思いました。
- 人生のことを考えると、結婚妊娠に最適な時期があることに気がついた。人とは違う自分だけの人生で仕事や恋愛など自分に合ったことをしたいと思った。誰かが待っている、必要としてくれてると思って生活しようと思った。
- 人間なので個人個人に意見や考え方があって、それらをどう吸収していかにか成長していくかを今から考えたほうがいい将来になるのかなと思いました。

- 人それぞれで価値観が違うということが改めて詳しく分かりました。また結婚をする時期にはメリットデメリットがあることがよく分かりました。そして、失敗は恐れずにチャレンジすることがとにかく大事だと思いました。土井さんのような高学歴の方の話が聞けるのは貴重な機会なので、すぐくためになりました。ベンチャーという言葉は初めて知りましたが、そういう働き方もあるんだな…と職業を選ぶ選択肢が広がりました。みなさん、挫折や失敗をした経験がある方たちなので、すごく説得力がありましたし、本当に将来のためになりました。また、将来結婚をしようと思いました。助成金が出ているんだと知りました。またそれほど少子高齢化になっているんだということも知りました。自分が思っているより多くの助成金が出ていたので非常にありがたい情報が得られました。結婚をしても各家庭で全然違うんだなと思いました。お母さんが専業主婦で少しアルバイトもしながら生活したりするなど様々な情報が得られました。お金を稼ぐのにも一苦労しているんだなということが分かりました。4人の方それぞれの意見やいろいろなジャンルでの話をたくさん聞くことができ、ためになりました。本当にありがとうございました。今回のお話を大事にして、少しでも生活に活かしていきたいと思いました。
- みなさんそれぞれ違う個性があってすごく勉強になりました。これからのことを深くは考えてはいなかったのですが、この学習を通して、ちゃんと考えてみようかなと思いました。お金のこともちゃんと考えたり、将来のこと考えたり、少し楽しみが増えた気がします。これからはちゃんと、自分の意見を大切にこれから生きていけたらなと思います。口笛やVR ゴーグルや TikTok などすごく興味深かったです！本当にありがとうございました！

<わかすぎ学園 第四中学校>

- (1) 日 時：令和7年10月16日（木）
- (2) 講演会の名称：中学生のためのライフデザインセミナー
- (3) 講師：一般社団法人わくわく人生デザインラボ
- (4) 対象者：第8学年（市立中学校の第2学年）
- (5) 内容：① ライフデザインとは
② クイズ
③ なぜ今から考えるのか？
④ 結婚・出産
⑤ 価値観「ニセモノの価値観」
⑥ 講師の体験談(家族・結婚・価値観など)
⑦ 自分を知るワーク「ぼく・わたしは」
⑧ ワーク「幸せとは」
- ⑨ 加藤万里奈さんミニ講演「夢を叶える」
⑩ お金について
⑪ ワーク「お金の使いみち」
⑫ キャリア
⑬ ワーク「未来年表作成」

前半

後半



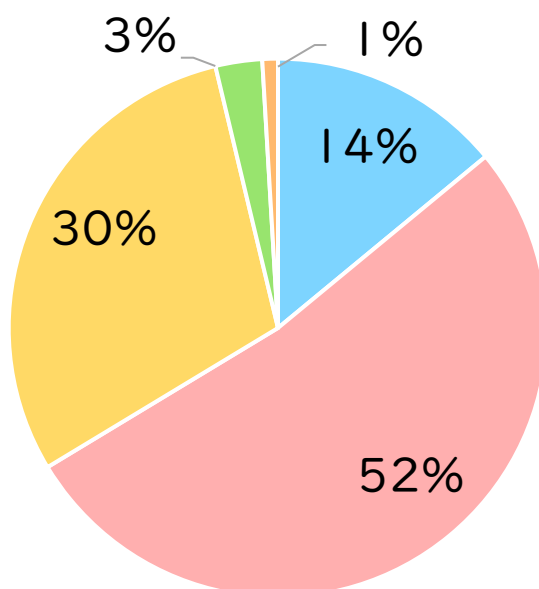
アンケート集計の結果



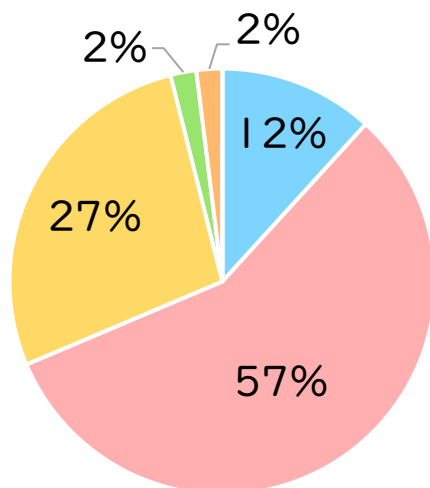
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

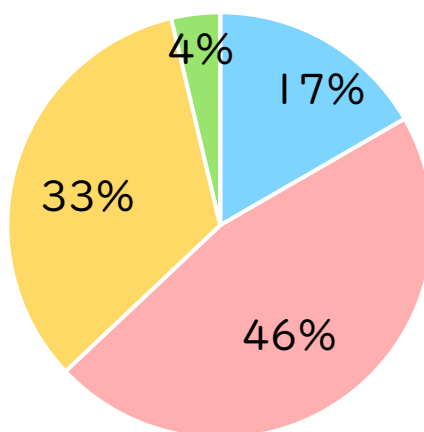
全体（N=107名）



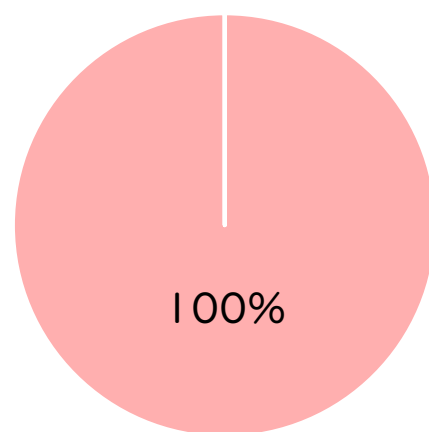
男子（N=51名）



女子（N=54名）



回答しない（N=2名）



男子では 57%、女子では 46%、回答しないでは 100%と、全体の 52%が「2人」兄弟(姉妹)という回答でした。

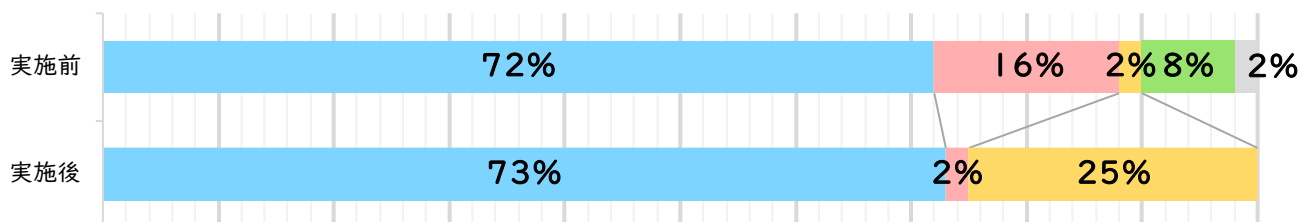
Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない
 ■ わからない ■ 結婚はせずパートナーは欲しい
 ■ 状況により考える ■ その他

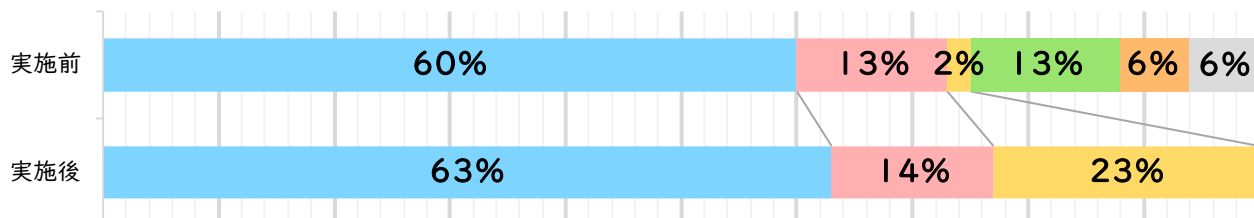
全体 (N=実施前107名、実施後95名)



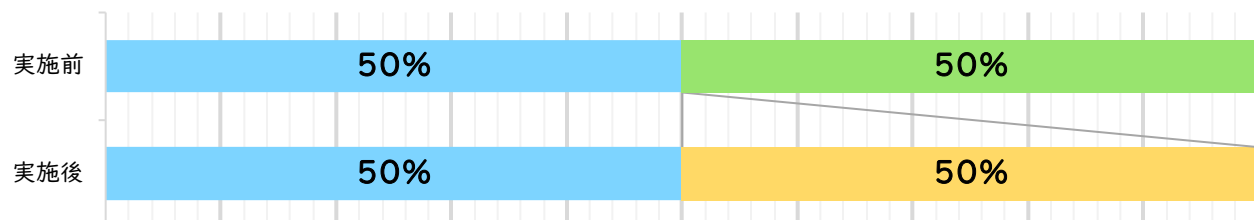
男子 (N=実施前51名、実施後44名)



女子 (N=実施前54名、実施後49名)



回答しない (N=実施前2名、実施後2名)

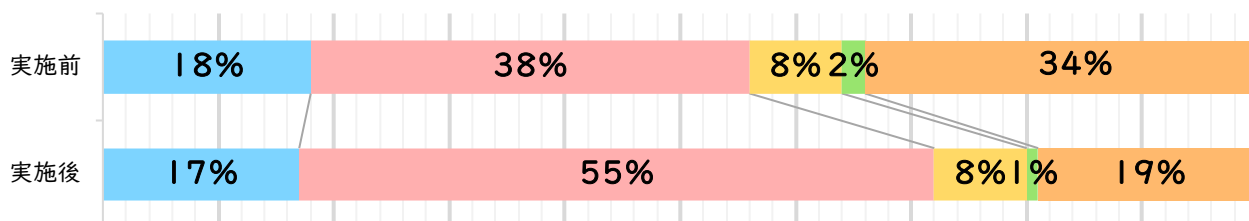


「結婚したい」は全体で、実施前 66%、実施後 67%と大きな変化はありませんでした。また、「結婚したくない」が実施前は 14%、実施後は 6 ポイント減って 8%になりました。実施後は「わからない」という回答が 2%から 25%に増えました。

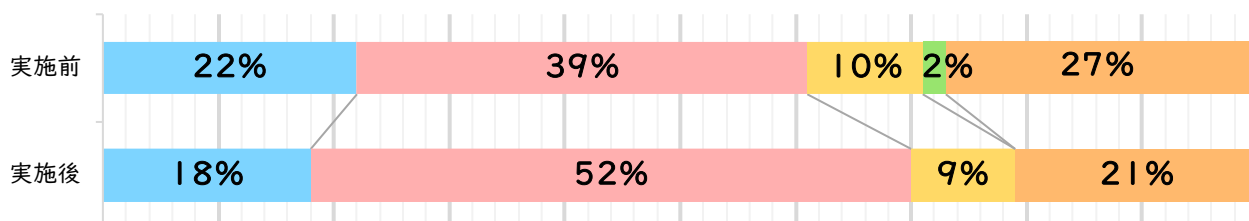
Q3. 将来子どもは欲しいですか？ はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

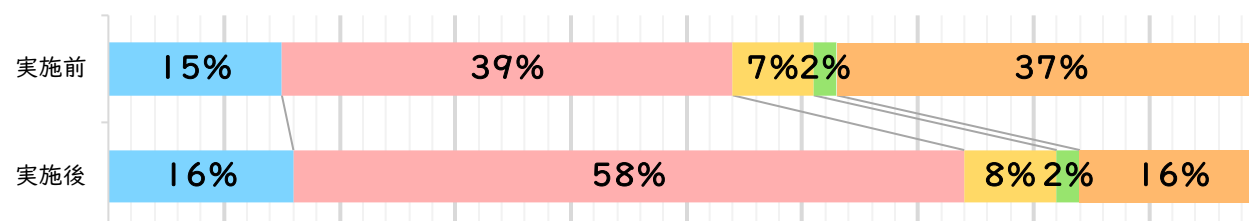
全体 (N=実施前107名、実施後95名)



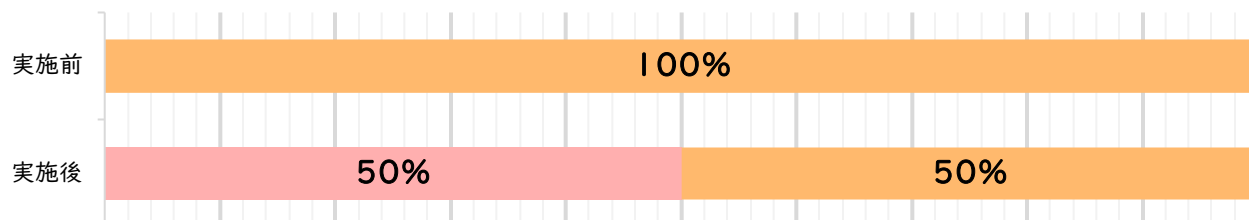
男子 (N=実施前51名、実施後44名)



女子 (N=実施前54名、実施後49名)



回答しない (N=実施前2名、実施後2名)

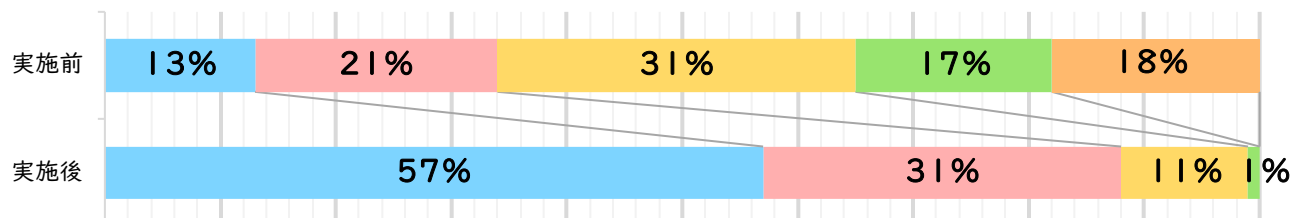


将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は66%でしたが、実施後は15ポイント増え、全体で81%が「欲しい」となりました。人数については、男子52%、女子58%、回答しない50%で「2人」という声が多数でした。

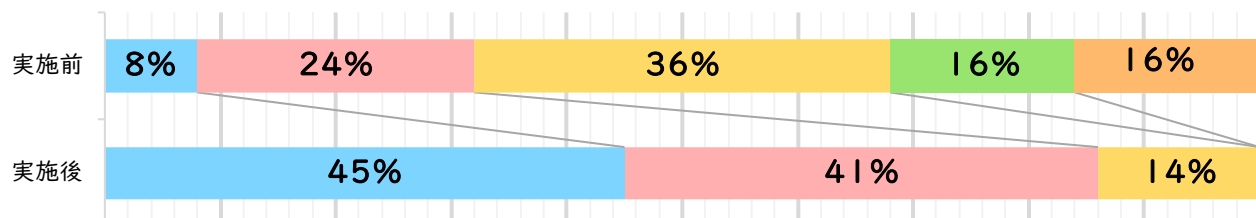
Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

凡例： ■ 理解している ■ 少し理解している ■ どちらでもない ■ あまり理解していない ■ 理解していない

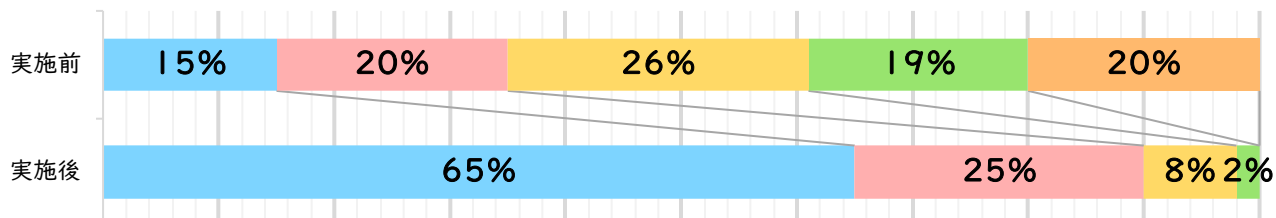
全体 (N=実施前107名、実施後95名)



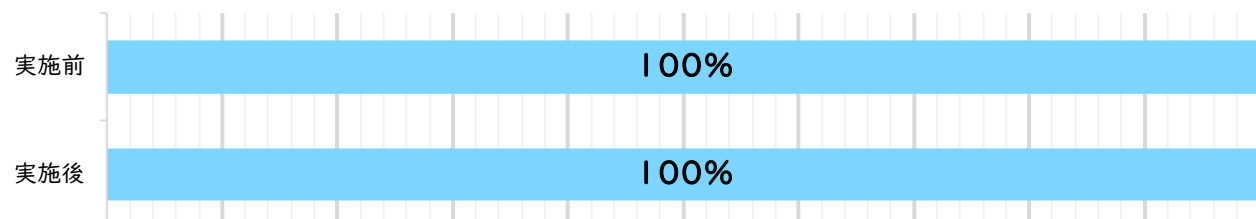
男子 (N=実施前51名、実施後44名)



女子 (N=実施前54名、実施後49名)



回答しない (N=実施前2名、実施後2名)

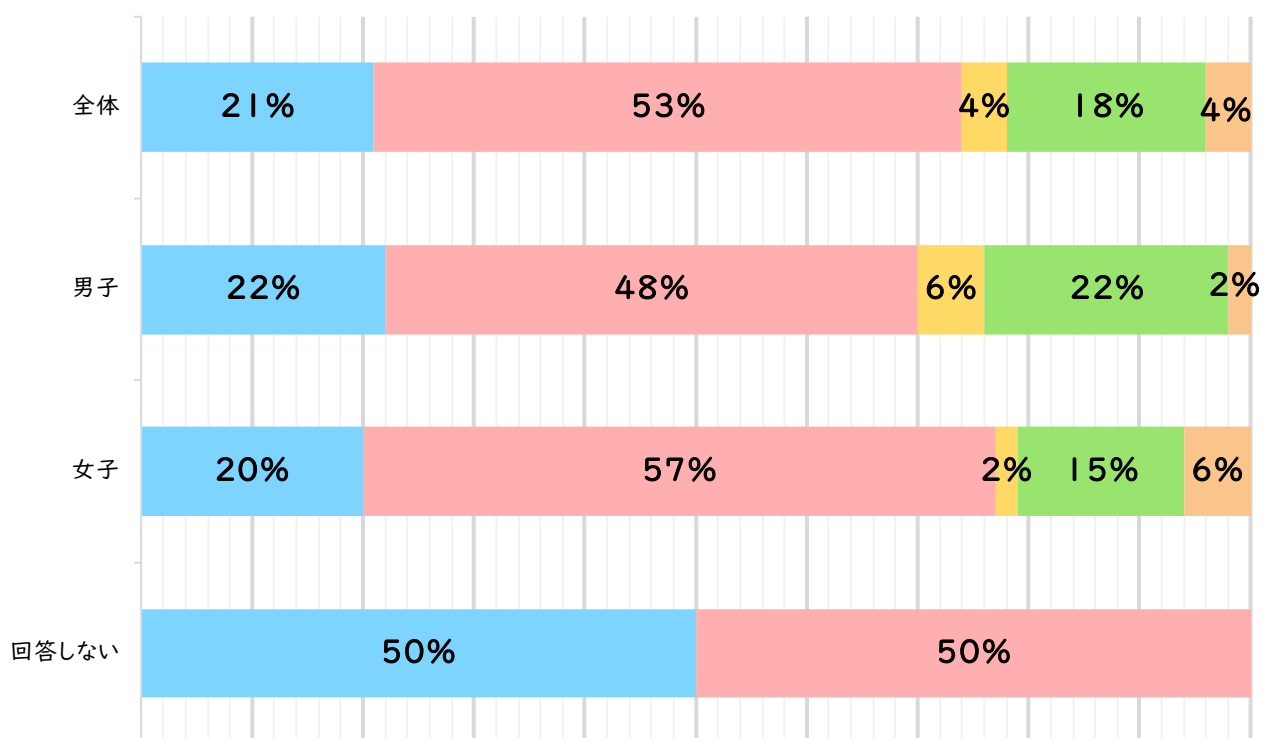


実施後、全体では「理解している」が44ポイント増え、「理解していない」が0%になりました。実施後の「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は54ポイント増えて86%、女子は55ポイント増えて90%でした。

男子は、実施後に理解していない人が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない

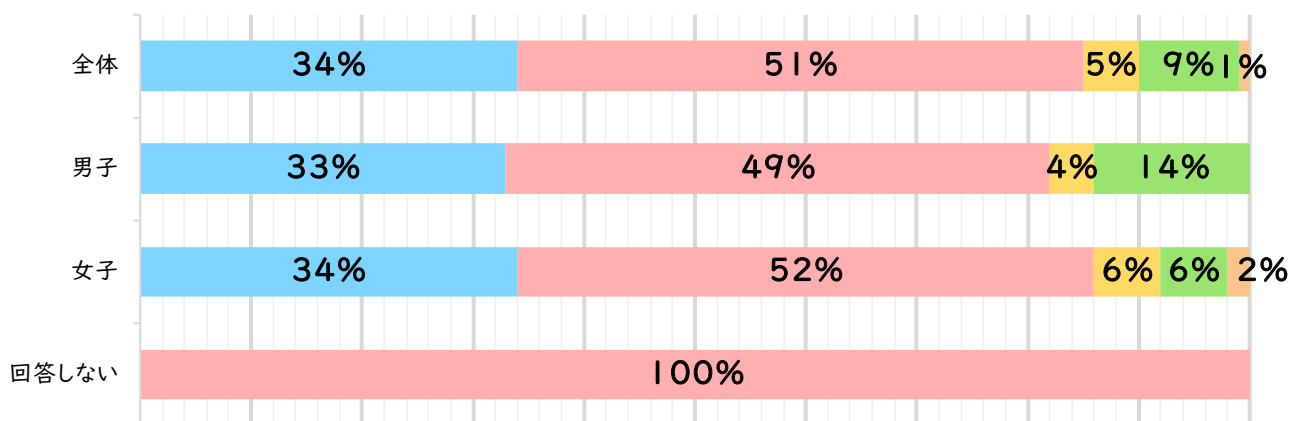


「よく考える」「少し考える」を合わせた割合は、男子 70%、女子 77%、回答しない 100%、全体で 74%と、ほとんどの人がライフデザインについて(将来について)考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

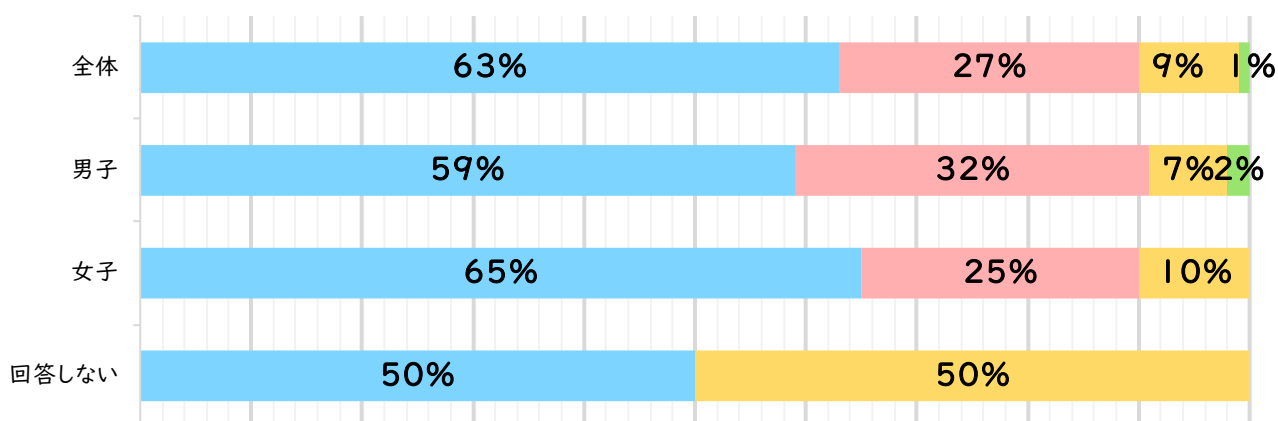
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



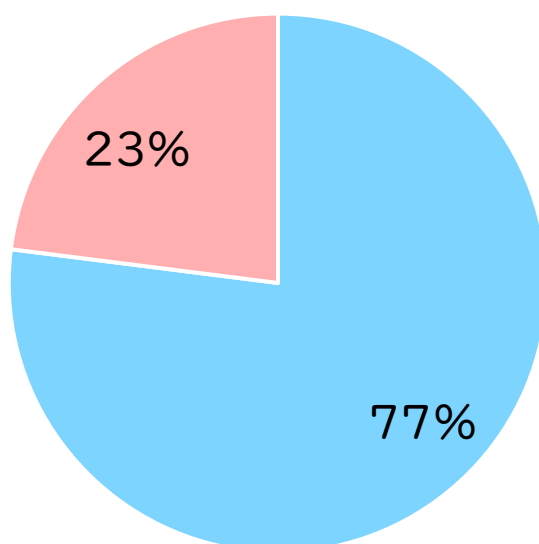
事前では「とてもそう思う」が全体で34%でした。

事後では「大事だと思った」が全体で63%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

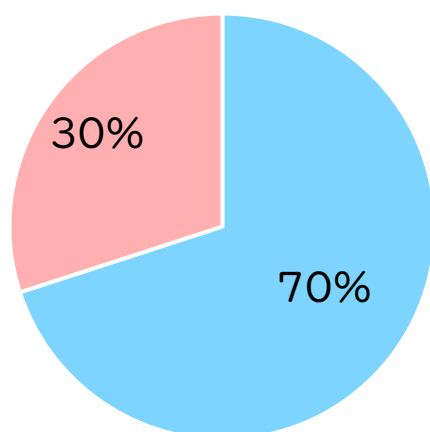
Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたが？

凡例： ■ はい ■ いいえ

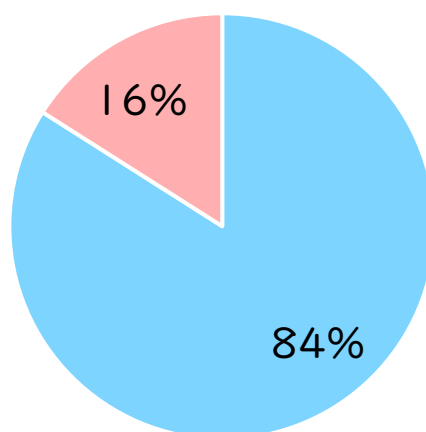
全体 (N=95名)



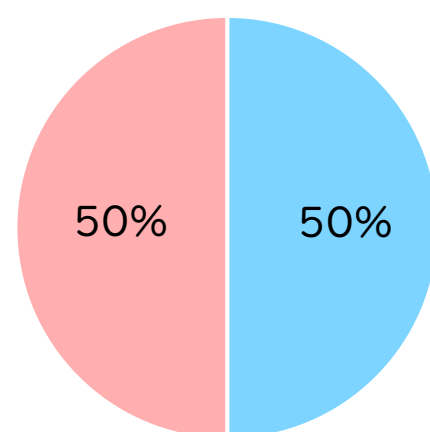
男子 (N=44名)



女子 (N=49名)



回答しない (N=2名)

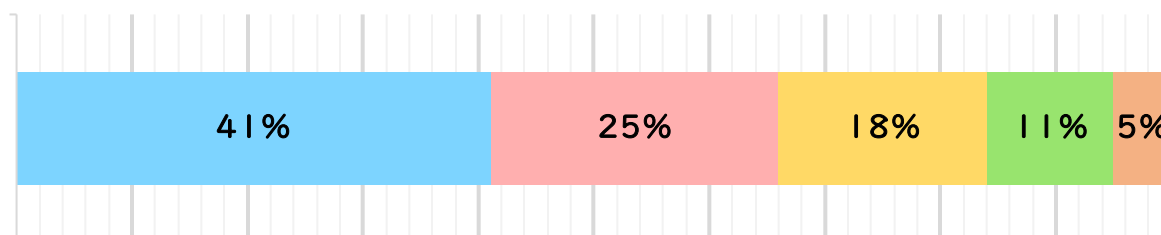


全体の 77%が「はい」と回答しました。

男子は 70%、女子は 84%、回答しないは 50%が「はい」と回答しました。

生徒の感想

- 凡例：
- 新しい発見や理解、学びがあった
 - 将来やライフデザインについて考えることができた
 - 結婚や出産、家庭について新しい学びがあった
 - 自分の意見や価値観を大切にしたいと思った
 - その他



- 妊娠や出産について理解した。
- 色んな人がいる。
- 結婚するのに適した時期があるということに驚いた。
- 自分の意見を尊重するべきだとわかった。
- 大人になってから考えるのだけではなく、今のうちから考えておかないと出来ない職業もあることが勉強になった。
- 普通の家族でもパートナーでも結婚しても、自由でいいんだなと思いました。
- 口笛がすごかった。
- みんな家庭が複雑だったりすることに気づいた。
- 生き方は一つじゃなくてたくさんあることがわかりました。
- 結婚するのに年は大事。
- 結婚や就職は結構遠い話だと考えていたけど、今くらいから考え始めることも大事だなと思った。
- 自分たちが思っているような結婚の話や聞いたことのない特殊な結婚の話を聞いて面白かったです。
- 結婚や子育てにはやっぱり苦勞がつきものだということを知った。
- 変わった家族編成の人もあるんだなと思った。
- 今からライフデザインを考えておいた方が良くと思いました。
- 人生にはいろんな生き方があり、いろんな選択肢があるのがわかりました。

- 人によっていろんな人生があるんだなと思った。
- いろんなライフデザインがあることがわかった。
- 少しだけ将来の事を考える事ができて、今はどうなるか分からないですけど参考になりました！このような機会をつくって頂きありがとうございます
ございました！！
- 将来のことを今から考えることは大事だと思った。
- その時その時に決めるのではなく、今のうちにどんなことをしたいか、どのように生きたいかを決めておくことの大切さがとてもよくわかりました。
- 人の評価や周りから言われたことに影響されなくても良いと言うことがわかった。
- 自分の気持ちを大切にする。
- いろんな生き方があるなと思った。
- 夢を諦めなくとも、いつかは叶えられるとわかった。
- 将来のことがわかった。
- チャレンジしてみようと少し思えてよかった。
- わかりやすいと思った。
- 人にはそれぞれの人生があってそれぞれの方法で幸せに過ごしているのだと思った。
- 資料を使った参加型の授業で楽しかったです。また機会があればお話しをお聞きしたいです。
- いいところに就職できなくてもできてもその生活は幸せか幸せじゃないかは自分の価値観によって変わってくるんだなと言うことがわかった。
- どんな夢みたいなことだって実現できるかもしれないと思った。だから、私も諦めずに夢を追いかけていきたいと思った。また、早いうちから将来のことを考えるのは大切だと思った！そして、口笛…とってもすごかったし綺麗でした！
- お金の使い方やキャリアについて深く知ることができた。
- 今のうちから将来のことを考えておくことは大切だと思った。
- 人生は自分が良いと思うようにするといいと分かった。
- 最後の座右の銘の中で「今を生きる」という言葉が心に響きました。
また、自分には絶対に居場所があると思った。
- 将来のことを今のうちから考えていくことが必要だなと思った。

- いろんなライフデザインがあるんだなあと思いました。
- 大人になってからやりたいと思ってもできないことがあるということを知ったので、今のうちから将来のことについて考えた方が良いということが分かりました。
- 社会を生きる上で、お金と信頼をつむことはとても大切だと思った。
- 自分の将来のことについて考えることはすごく難しいことに感じていたが、近年のことから少しずついいから考えてみるのが大切だと気づきました。「結婚をしてきちんと自分で子供を育てる」ということが普通だと思っていたので、今回を通して、自分にあったパートナーを見つければ良いということなど、やり方はたくさんあることが知れてよかったです。
- 自分の将来は自分で決めるのが大事だと思った。
- 将来のことを考えることができました。
- 『自分で選択する』という名言を意識して将来について考えていきたいです。
- 将来、子供ができたら、自分の価値観を押し付けないようにしたいです。
- 今回のセミナーで、自由に生きていいのが分かった。
- 「自分が人生の主人公」という言葉が心に響きました。
- 体育館が寒かったです。温かい場所で聞きたかったです。
- 自分の将来をよく考えるようになりました。あと加藤麻里奈さんの口笛がすごかったです。
- これからの人生の参考になった。
- 色々な家庭がある。
- すごい。
- とても勉強になりました。
- そこまでいらないかと思ってたけど結構大事だと思った。
- 今回の授業でやっぱり自分の行きたいように生きることは大切だとわかった。
- 自分の人生は自分自身で決めることが大切。
- 人生の自由度や価値観に縛られない生き方が出来たらなと思いました。
- 結婚したら、自由がなくなるという偏見がなくなった。
- 自分が生きたい人生を生きたいと思った。

- 人それぞれの家庭の形がある。
- 色々なことがわかった。
- 今後の人生を考えていかないとな…と思った。
- 難しかったけど、わかりやすく話してもらったので理解できました。
- いろんな人がいるんだなと理解しました。最後は心にグッときました。
- 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解した。
- 将来について今から考えることは大切だと思った。
- お金の使い方や結婚などについてよく理解できました。
- 色々な生活の仕方・生き方を知れました。このようなものは、身近な人からしか聞けない話なので、本当に、ありがとうございました！
- 自由に生きようと思いました。
- 将来の仕事や結婚についてよく考えるのはすごく大切だと思った。
また、若い時にしか出来ないこともあるということもよく分かりました。
- たくさんのことを知れてよかったです。
- 今回のセミナーで色々な結婚の仕方や人それぞれの暮らし方があることがわかりました。
- 人はそれぞれ子供を産んでも自分の好きなことに挑戦し、取り組んでいるんだなと思った。



<白鳥学園 瓜連中学校>

- (1) 日 時：令和7年12月3日（水）
- (2) 講演会の名称：中学生のためのライフデザインセミナー
- (3) 講師：一般社団法人わくわく人生デザインラボ
- (4) 対象者：第8学年（市立中学校の第2学年）
- (5) 内容：① ライフデザインとは
② クイズ
③ 加藤万里奈さんミニ講演「夢を叶える」
④ 結婚・出産
⑤ ワーク「自分とは」
⑥ 価値観「ニセモノの価値観」
⑦ 自分を知るワーク「ぼく・わたしは」
⑧ お金について
⑨ ワーク「1ヶ月にかかるお金」
⑩ キャリア
⑪ Q&A「子育てはお金がかかる？」など
⑫ ワーク「未来年表作成」

前半

後半



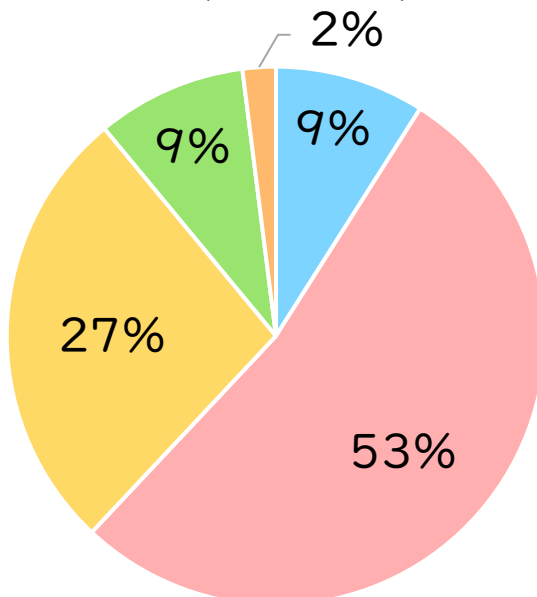
アンケート集計の結果



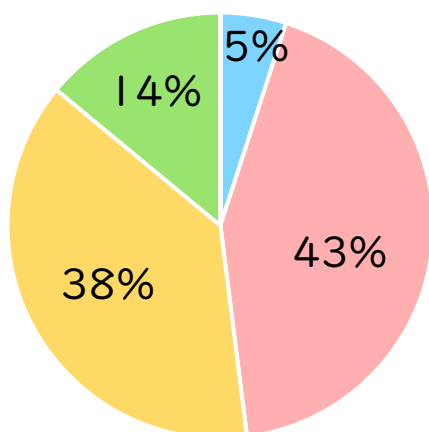
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

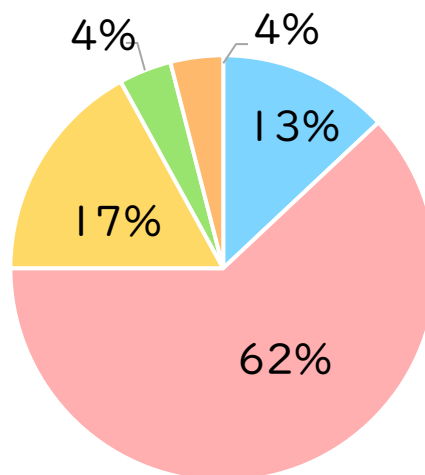
全体（N=44名）



男子（N=21名）



女子（N=23名）

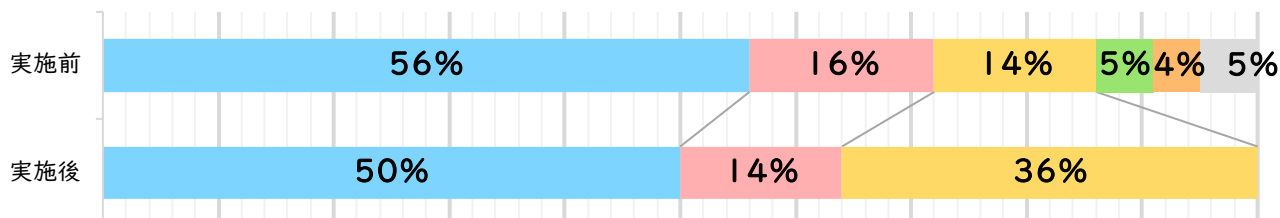


男子では 43%、女子では 62%、全体の 53%と約半数が「2 人」兄弟（姉妹）という回答でした。

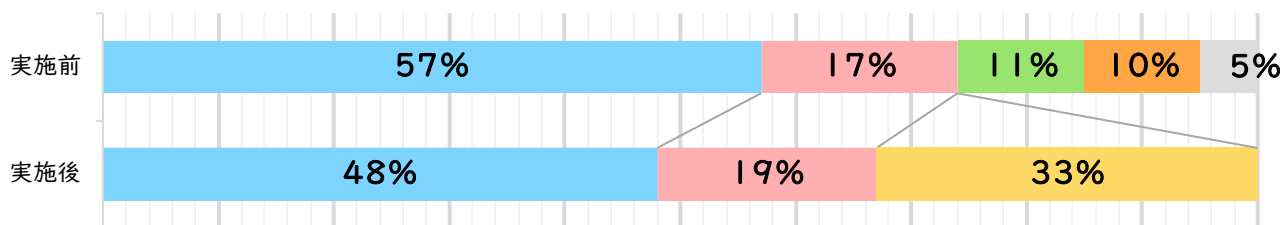
Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない ■ わからない ■ 結婚はせずパートナーは欲しい ■ どちらでもない・どちらでもいい ■ 考えていない・考えたくない

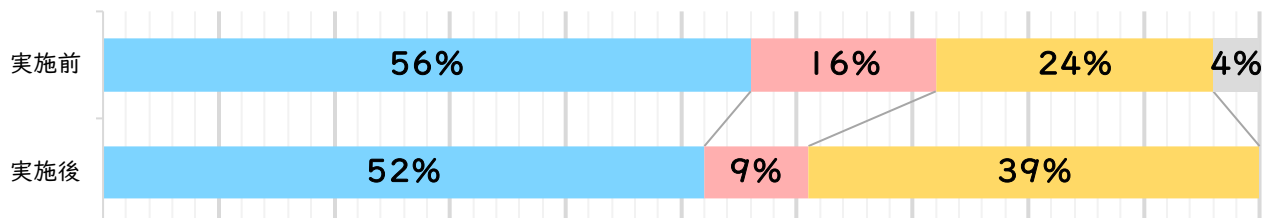
全体 (N=実施前43名、実施後44名)



男子 (N=実施前18名、実施後21名)



女子 (N=実施前25名、実施後23名)



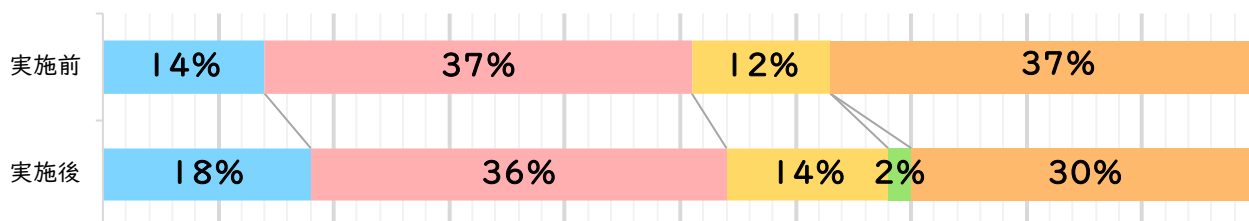
実施前は14%の子が「わからない」と回答し、実施後は22ポイント増えて36%になりました。また、実施後は「結婚したい」という回答が56%から50%に減りました。

男女別で見ると実施後に男子は33ポイント、女子は15ポイント「わからない」という子が増えました。

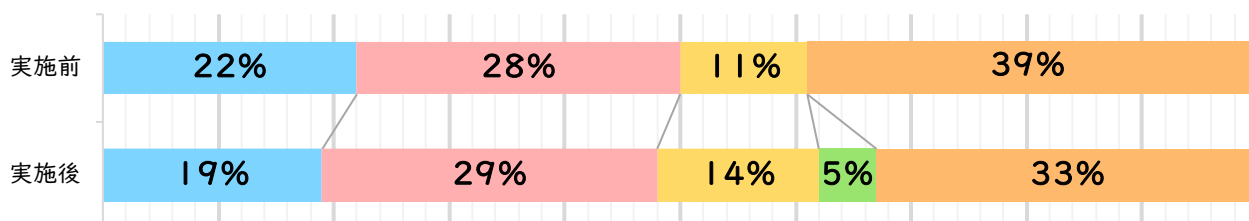
Q3. 将来子どもは欲しいですか？ はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

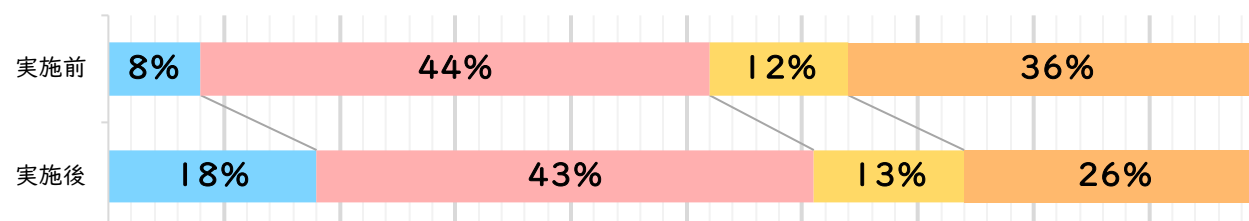
全体 (N=実施前43名、実施後44名)



男子 (N=実施前18名、実施後21名)



女子 (N=実施前25名、実施後23名)



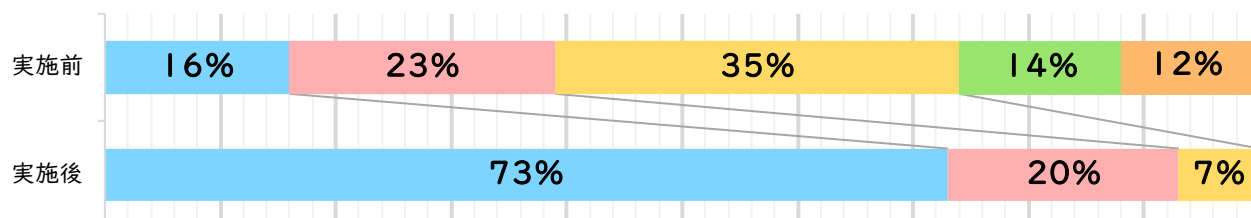
将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は63%でしたが、実施後は7ポイント増え、全体で70%が「欲しい」となりました。人数については、男子29%、女子43%、「2人」という声が多数でした。

Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

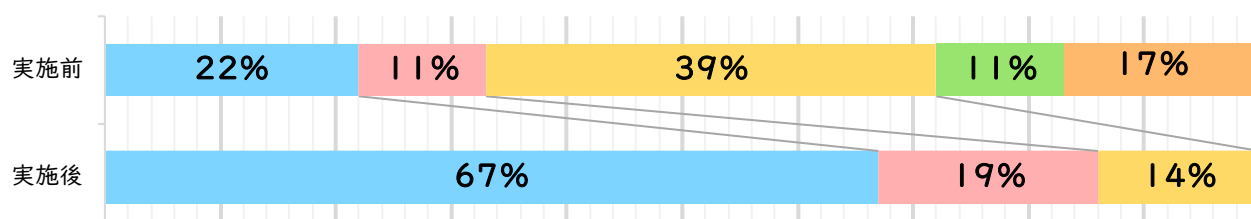
凡例：

- 理解している
- 少し理解している
- どちらでもない
- あまり理解していない
- 理解していない

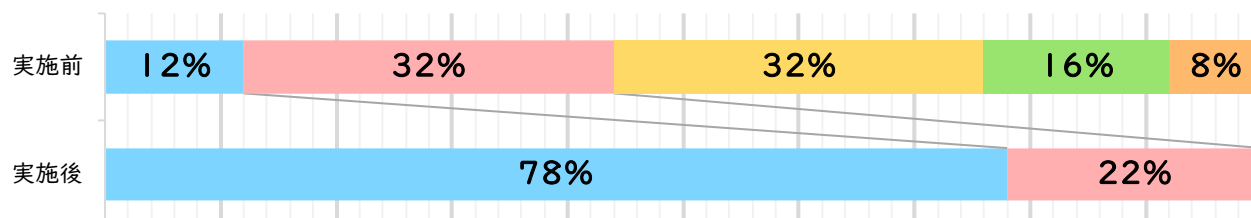
全体 (N=実施前43名、実施後44名)



男子 (N=実施前18名、実施後21名)



女子 (N=実施前25名、実施後23名)

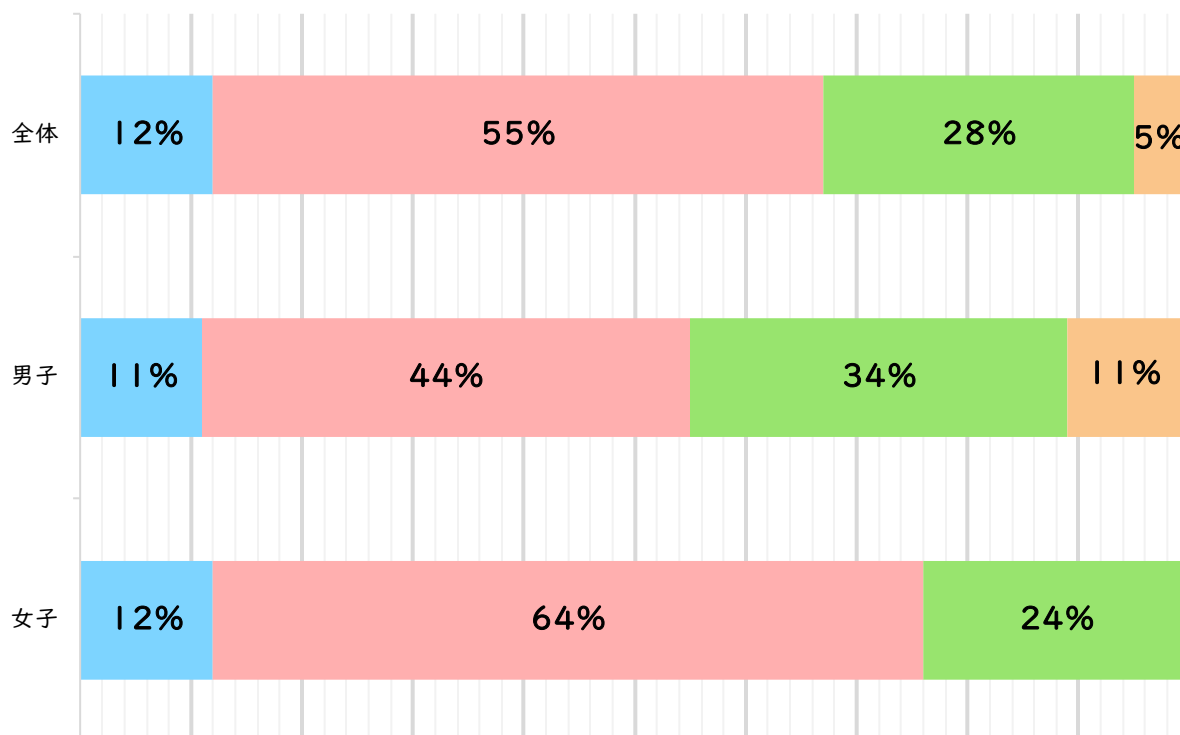


実施後、全体では「理解している」が57ポイント増え、「理解していない」が0%になりました。実施後、「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は53ポイント増えて86%、女子は56ポイント増えて100%でした。

女子は実施後に「どちらでもない」「理解していない」が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない



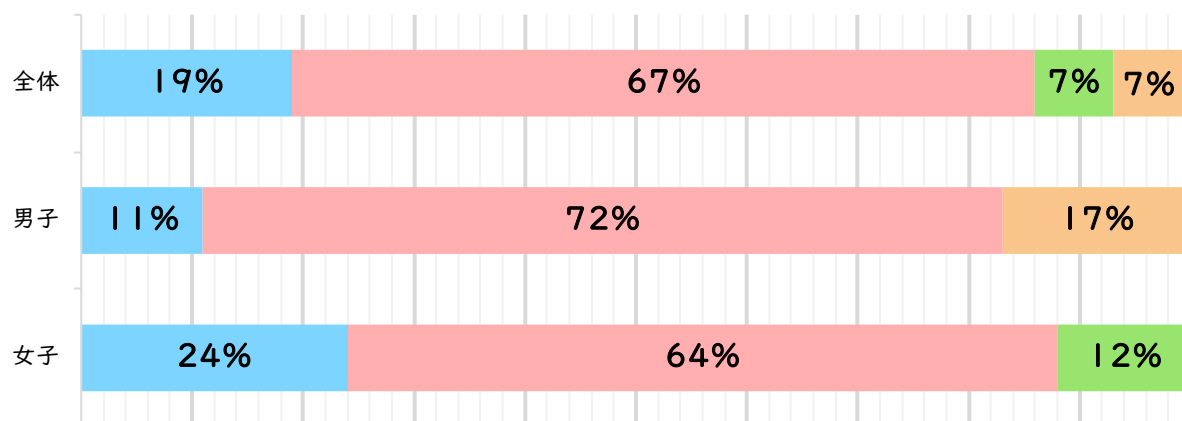
「よく考える」「少し考える」が男子で55%、女子で76%、全体で67%でした。また、「わからない」は0%でした。

女子は「考える」が76%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来について）考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

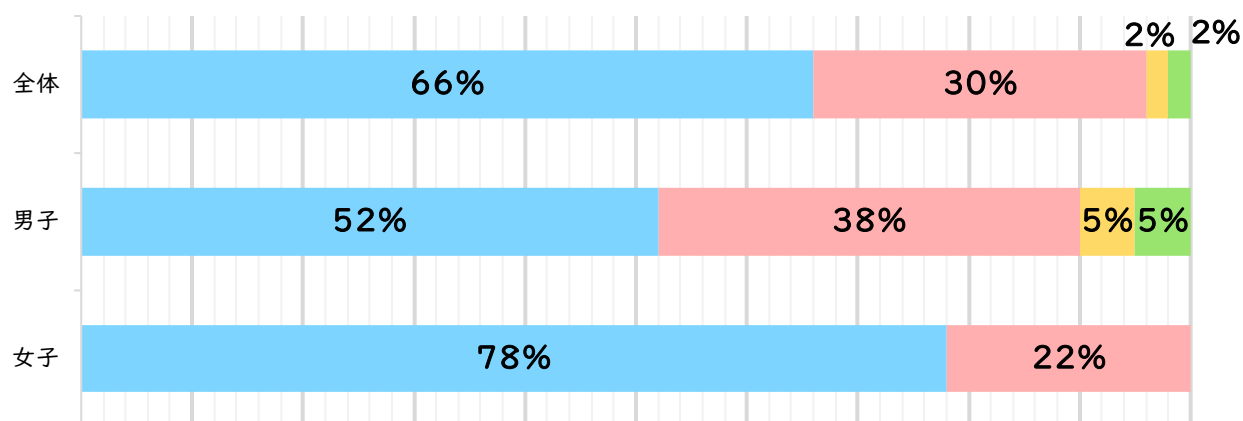
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いませんか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



事前では「とてもそう思う」が全体で19%でした。

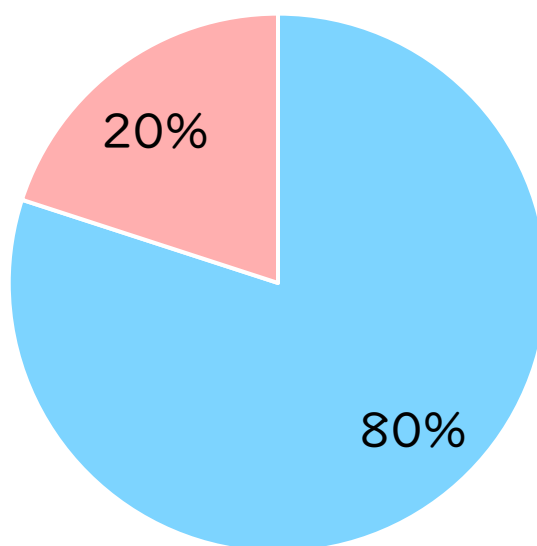
事後では「大事だと思った」が全体で66%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたが？

凡例：

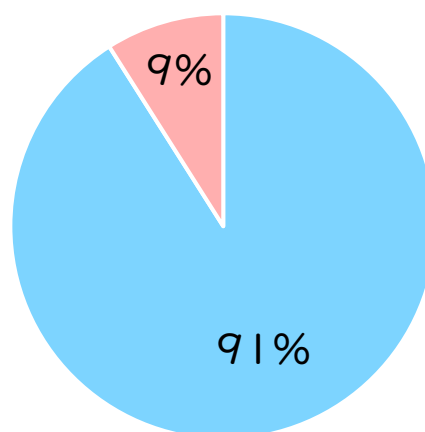
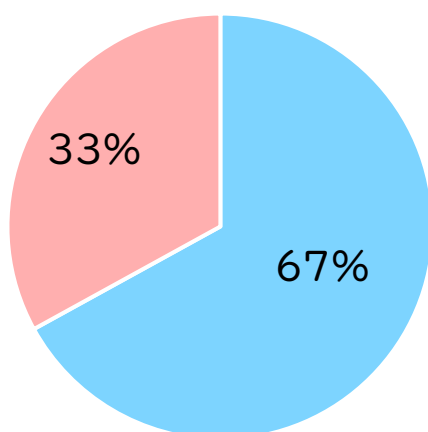
■ はい ■ いいえ

全体 (N=44名)



男子 (N=21名)

女子 (N=23名)



男子は67%、女子は91%、全体の80%が「はい」と回答しました。
ほとんどの人が「ライフデザインについて誰かに伝えたい」と回答しました。

生徒の感想

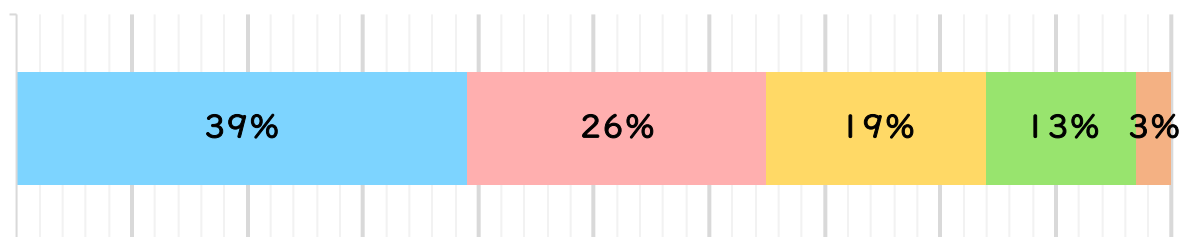
凡例： ■ 新しい理解や学びがあった

■ ライフデザインや将来について新しい学びがあった

■ 将来について考えることができた

■ 自分のやりたいことや価値観を大切にしたいと思った

■ その他



- 歳をとってからだとできない仕事もあることが分かったので今のうちから将来について考えていこうと思いました。
- いろんな人がいると色々な働き方、生き方があったことがわかった。将来の楽しみが少し増えた。
- いろいろな方の体験談などがあるのが分かりやすくて、ライフデザインについてより理解できた。結婚するとお金とか離婚とか、あたりししたら大変だなと思ったけど、お金の免除？とかもあるし、結婚しないでパートナーという選択肢もあるんだなと思った。
- ライフデザインは将来のことを考えることなんだと思いました。
- これから何があるか分からないけれど今のうちに将来の計画などを立てておくと将来をより楽しめることがわかった。先生達が優しかったので質問などもしやすくて楽しかった。
- 1人で考えて書くのもいいし、やっぱり経験をした人の話を聞いて考え直すのは大事なんだと思った。夢を諦めてた部分があったから、諦めない気持ちが大事なんだと思いました。
- 口笛が凄かった。将来の夢は自分が諦めない限り叶う事を知った。
- 他の人の価値観で動かずに、自分の価値観で過ごすことが大事。
- いろんな道を歩んだ人たちのお話が聞けてとても良い体験ができました！！
- お忙しい中ありがとうございました。

- 人にはその人の生き方があることがわかった。
- 叶えられない夢とかはなくて、自分がしたい事とかしてみたいことにたくさん挑戦したいなと思いました！
- 周りのことは、気にしすぎなくていいんだと気づくことができた。
もう少し自由に生きていていいんだなって思った。
- 自分の価値観を認めてあげることが大切だと思いました。
- トライアンドエラーを意識して自分を信じて目標に向かっていきたい。
- 今回のライフデザイン講座をやって、ライフデザインについて今から考えて行動することが大切だということがわかりました。
- 子育てとか妊娠に時期があるなんてはじめて知った、もっと真剣に将来について考えようと思った。あと口笛うますぎだった。
- ライフデザインは大切なのが分かった。
- 結婚や子供をつくる時期は、いつでもいいと思っていたけど、大切なことなんだと気づきました。
- 自分ができないと思っていたても、まず何か行動すればそれが叶うかもしれないことがわかりました。
- お金がたくさん稼いでも家賃や色々なことで使うから大変なことに気づいた。
- 色んな方々から生き方など、今までの過ごし方など色んなお話を聞けていい時間になりました！！
- 将来について早めに考えた方がいいことがわかった。無理だと思っても、頑張っけて続けていきたいです。
- 今回の講演を聞く前は「ライフデザインとはなんだろう」と思っていたけれど、講演を聞いて将来自分がどのようにして生きていきたいかを考えることだと分かりました。4人の講師の方々の話を聞いて、みんな同じ人間だけど考えや性格、生き方に違いがあり共感できる部分がたくさんありました。お話しいただきありがとうございました！
- 4人の講師の方々の話を聞いて、ライフデザインについて知識を深めることができた。ワークシートを用いてのセミナーだったので、とても楽しくうけられた。
- 色々な人の話を聞いてお金をたくさん稼ぐことが大切だと知りました。

- 来てくれた人たちは違う人生を歩んできたからその人生を参考にしつつ自分だけの人生を作っていきたいです。
- 将来のことはまだまだわからないしみんな辛い思いをしてきたけど最後はみないい暮らしをしているんだなーと思いました。
- 色々な生き方があっていいね。生きていくうえで計画を立てるのはとても大切。
- 人それぞれいろんな生き方があることを知れてすごいなと思いました。
- 将来についてこんなに考えたことがなかったからいい機会になった。自分がどうしたいかも考えることができて今までよりもっと詳しく知ることができた。



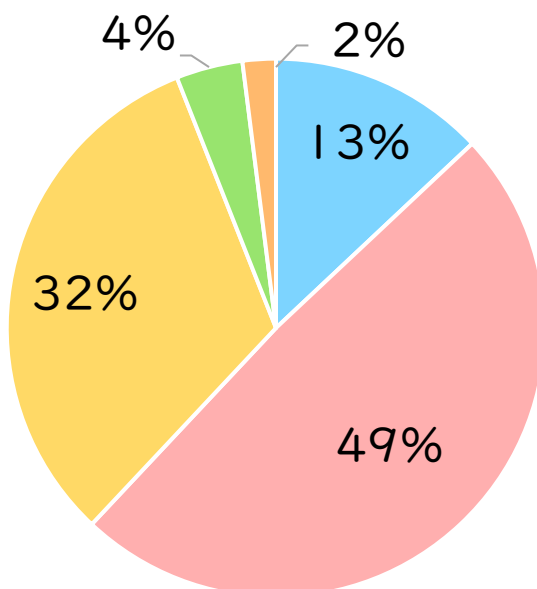
全中学校アンケート集計



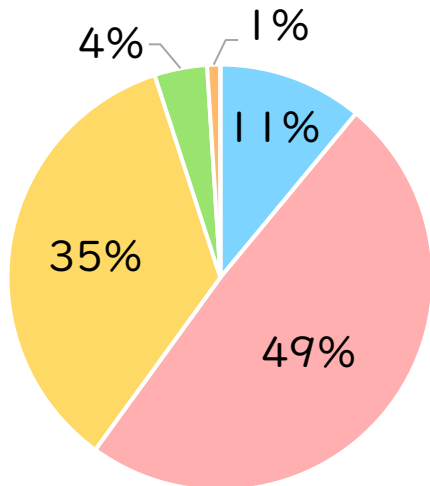
Q1. あなたは何人兄弟（姉妹）ですか？

凡例：■ 1人 ■ 2人 ■ 3人 ■ 4人 ■ 5人以上 ■ 回答しない

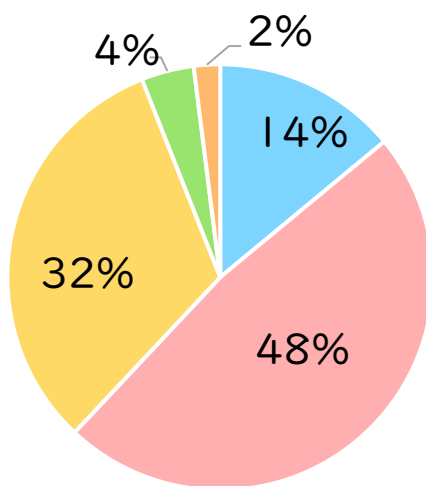
全体（N=358名）



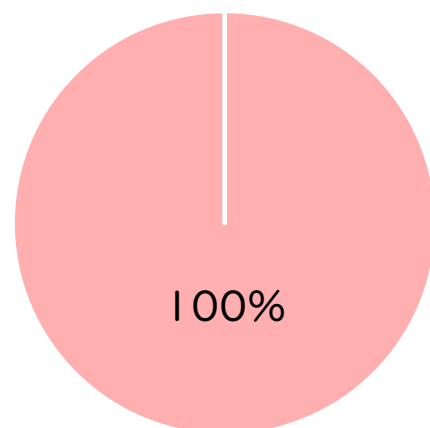
男子（N=164名）



女子（N=191名）



回答しない（N=3名）



男子では 49%、女子では 48%、回答しないでは 100%と、全体の 49%が「2人」兄弟(姉妹)という回答でした。

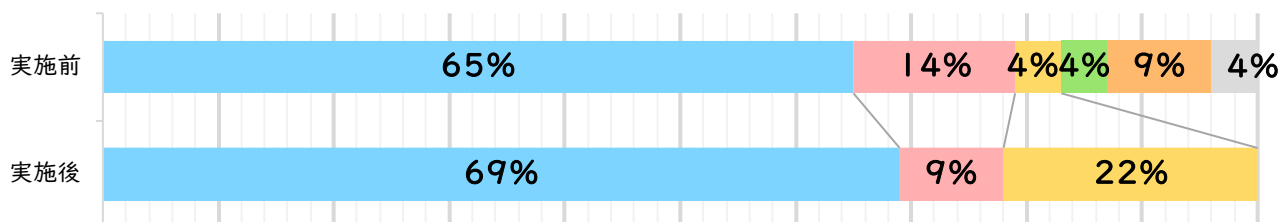
Q2. 将来、結婚したいと思っていますか？

凡例： ■ したい ■ したくない ■ わからない ■ どちらでもいい ■ 結婚はせずパートナーは欲しい ■ その他

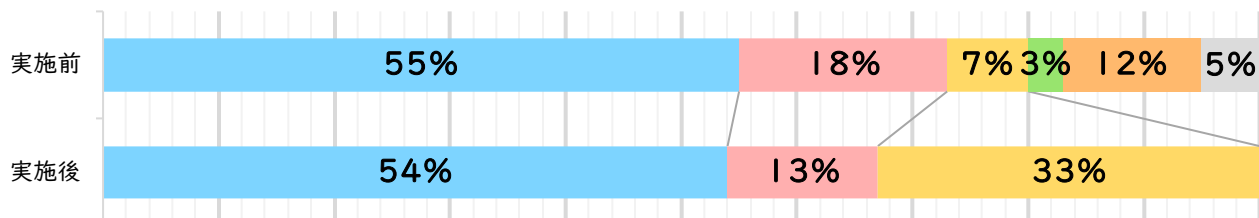
全体 (N=実施前358名、実施後340名)



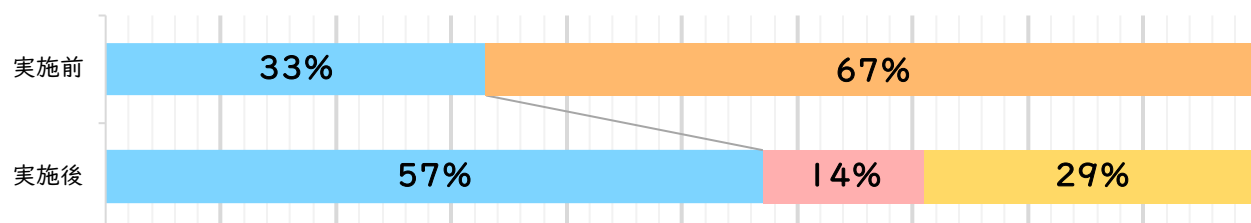
男子 (N=実施前164名、実施後164名)



女子 (N=実施前191名、実施後169名)



回答しない (N=実施前3名、実施後7名)

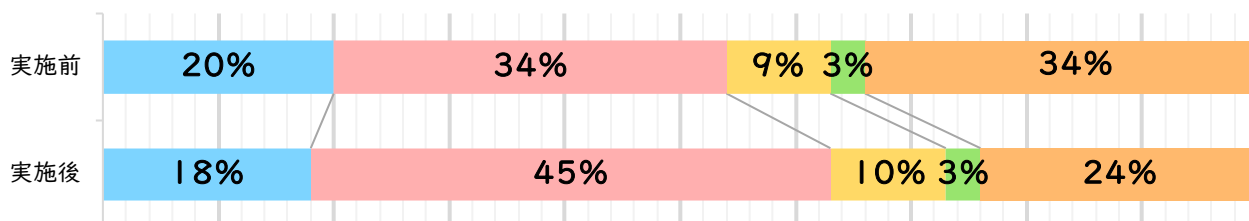


「結婚したい」は全体で、実施前 60%、実施後 61%と大きな変化はありませんでした。しかし、男子は 4 ポイント増えました。また、「結婚したくない」が実施前は 16%、実施後は 5 ポイント減って 11%になりました。実施後は「わからない」という回答が 6%から 28%に増えました。

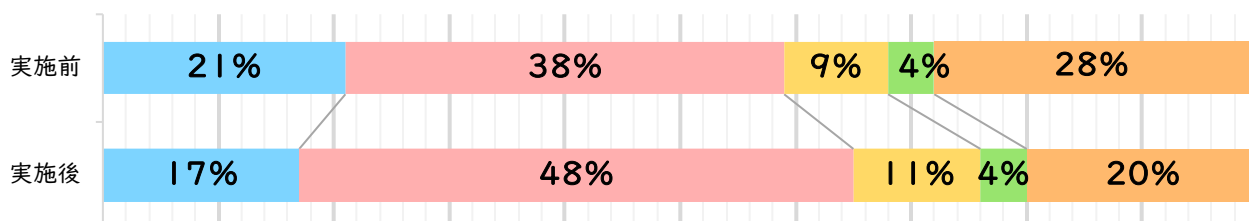
Q3. 将来子どもは欲しいですか？ はいの方は人数もお願いします。

凡例：■ はい、1人 ■ はい、2人 ■ はい、3人 ■ はい、それ以上 ■ いいえ

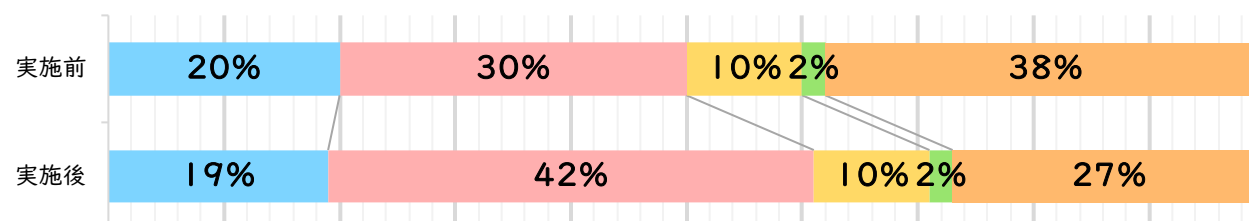
全体 (N=実施前358名、実施後340名)



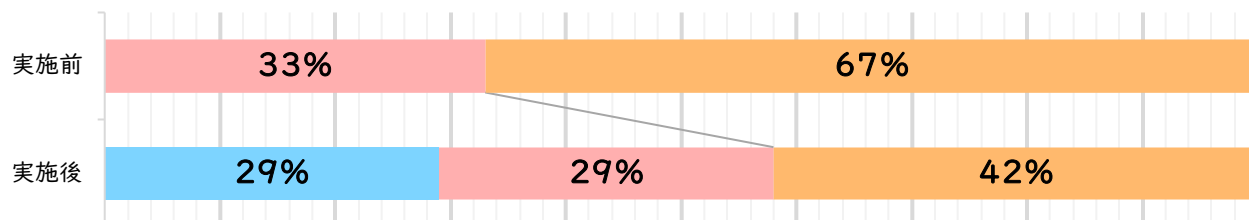
男子 (N=実施前164名、実施後164名)



女子 (N=実施前191名、実施後169名)



回答しない (N=実施前3名、実施後7名)

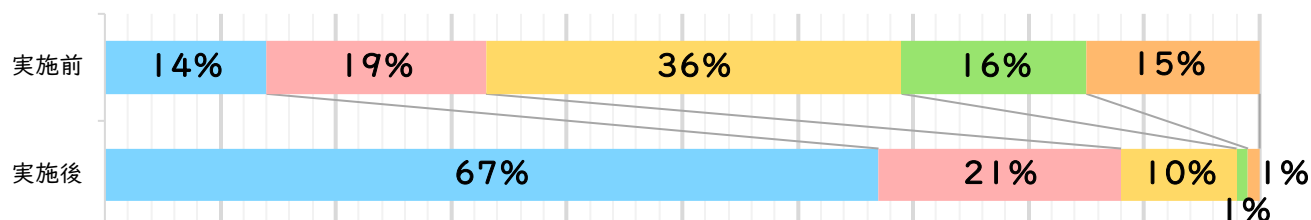


将来子どもが欲しいかについて、実施前は「欲しい」子の割合は66%でしたが、実施後は10ポイント増え、全体で76%が「欲しい」となりました。人数については、男子48%、女子42%、回答しない29%で「2人」という声が多数でした。

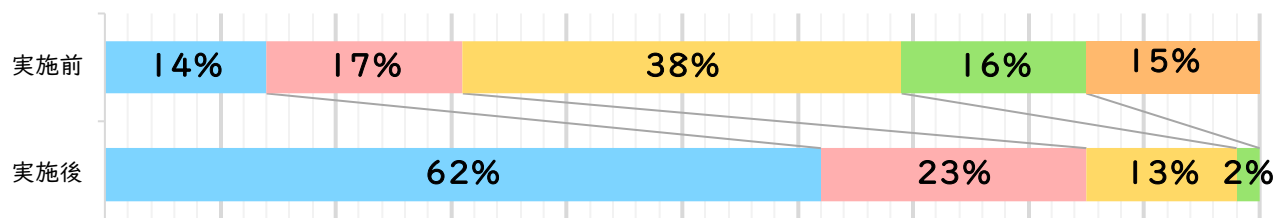
Q4. 妊娠や出産をするのに適した時期があるのを理解していますか？

凡例： ■ 理解している ■ 少し理解している ■ どちらでもない ■ あまり理解していない ■ 理解していない

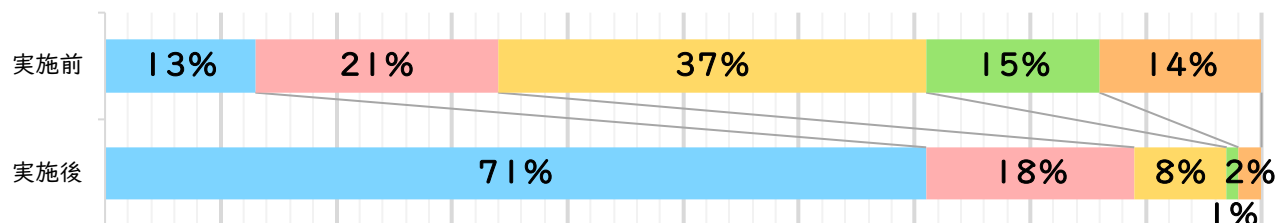
全体 (N=実施前358名、実施後340名)



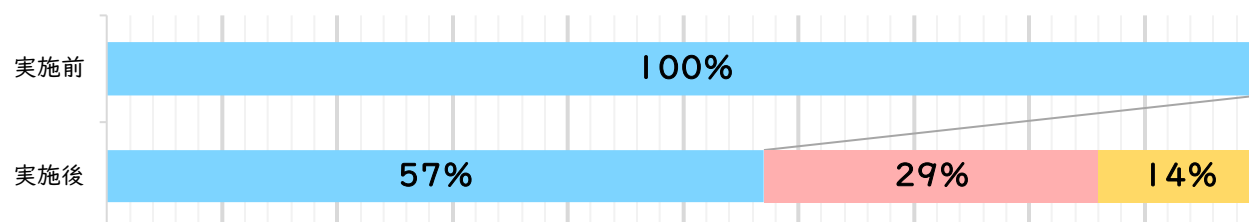
男子 (N=実施前164名、実施後164名)



女子 (N=実施前191名、実施後169名)



回答しない (N=実施前3名、実施後7名)

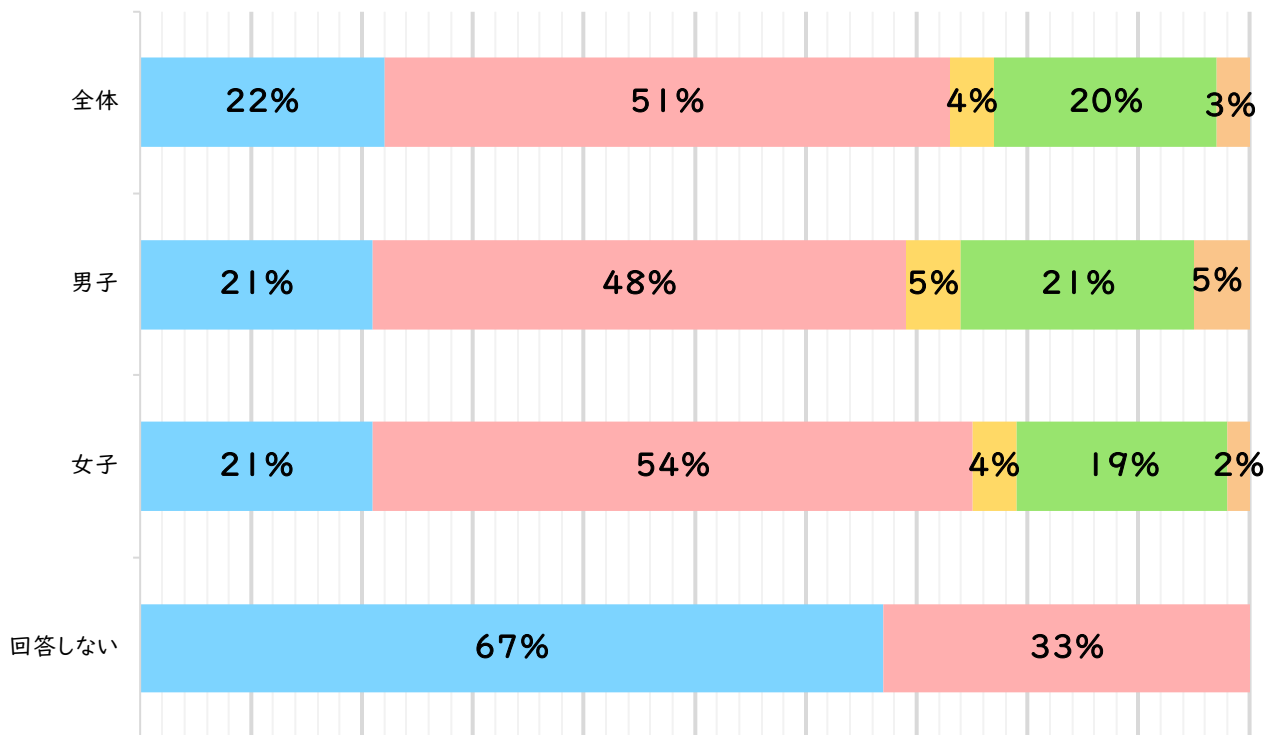


実施後、全体では「理解している」が53ポイント増え、「理解していない」が14ポイント減りました。実施後の「理解している」「少し理解している」を合わせた割合は、男子は54ポイント増えて85%、女子は55ポイント増えて89%でした。

男子は、実施後に理解していない人が0%になりました。

Q5-1. ライフデザインについて(将来について)考えたことはありますか？

事前 凡例： ■ よく考える ■ 少し考える ■ わからない
■ あまり考えない ■ 考えない

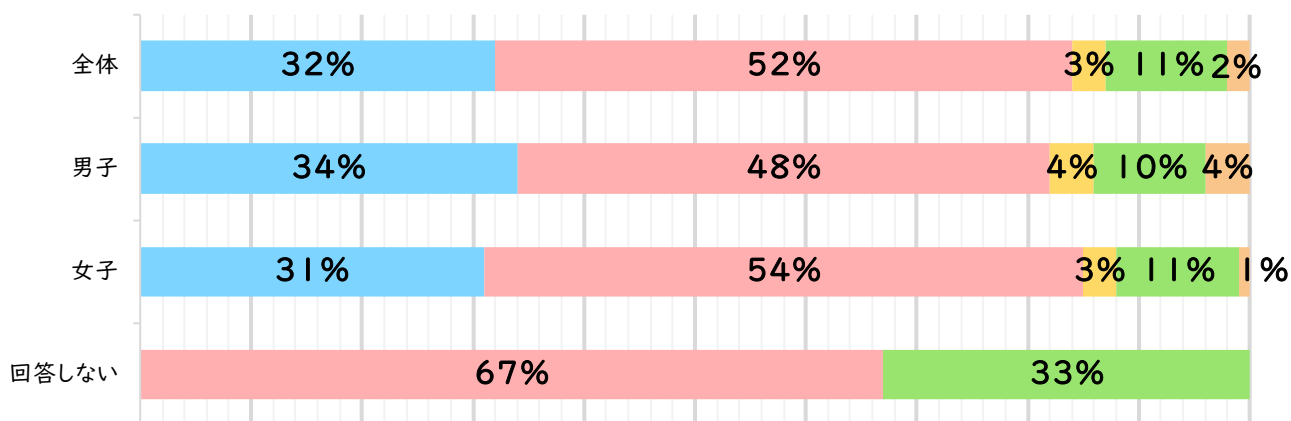


「よく考える」「少し考える」を合わせた割合は、男子 69%、女子 75%、回答しない 100%、全体で 73%と、ほとんどの人がライフデザインについて(将来について)考えたことがあると回答しました。

Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いますか？

事前 凡例：

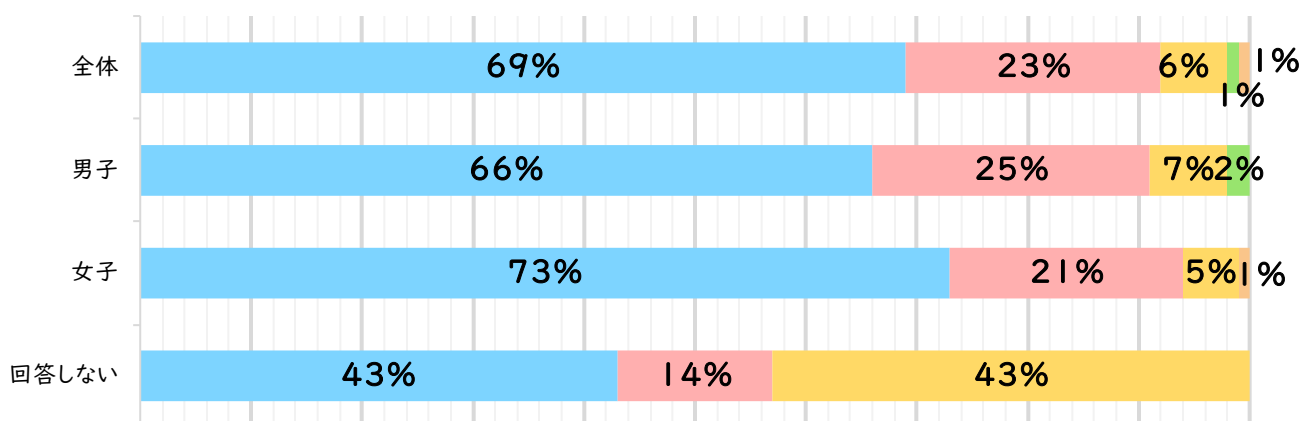
- とてもそう思う
- 少しそう思う
- どちらとも言えない
- あまり思わない
- まったく思わない



Q5-2. ライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）今から考えることは大切だと思いましたか？

事後 凡例：

- 大事だと思った
- 少し大事だと思った
- どちらでもない
- あまり大事だと思わなかった
- 大事だと思わなかった



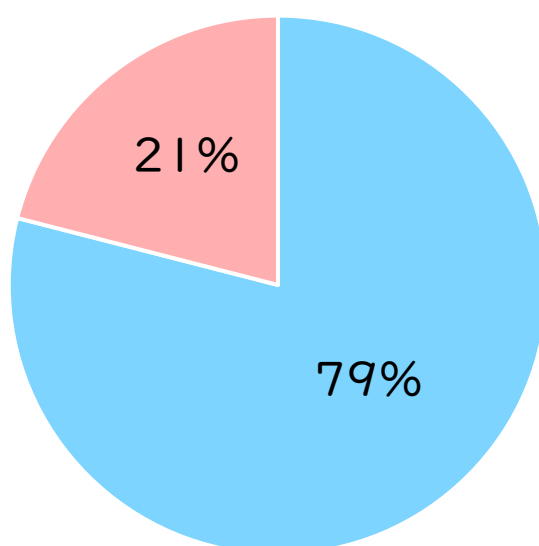
事前では「とてもそう思う」が全体で32%でした。

事後では「大事だと思った」が全体で69%と、ほとんどの人がライフデザインについて（将来の仕事や結婚について）考えることは大事だと回答しました。

Q6. 今回のセミナーで結婚・子育て・キャリア等ライフデザインについて誰かに伝えたいと思いましたが？

凡例： ■ はい ■ いいえ

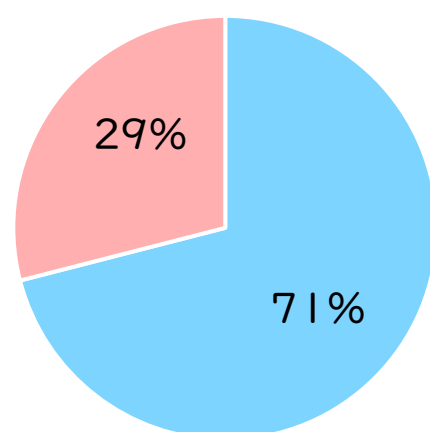
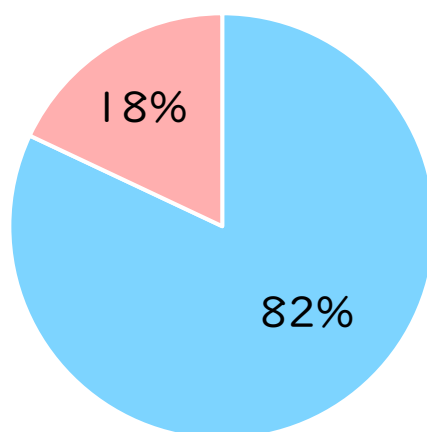
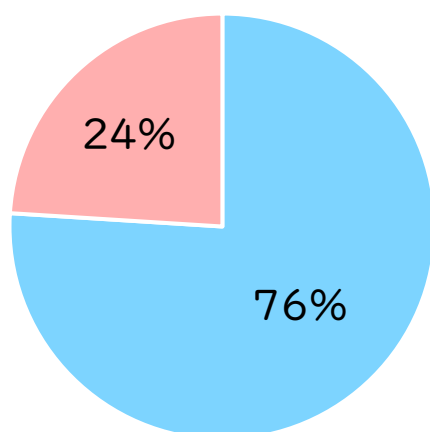
全体（N=340名）



男子（N=164名）

女子（N=169名）

回答しない（N=7名）

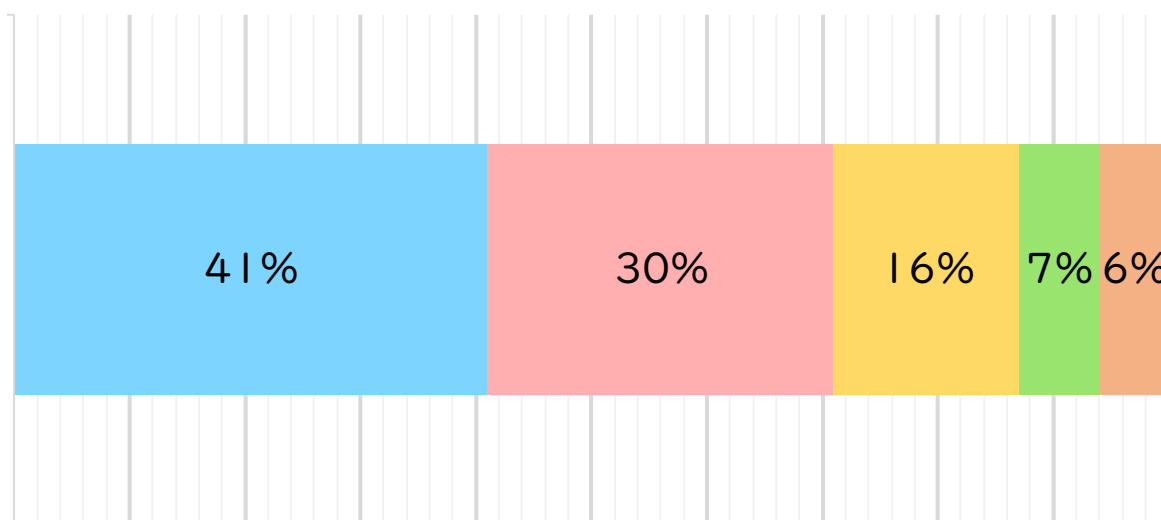


全体の79%が「はい」と回答しました。

男子は76%、女子は82%、回答しないは71%が「はい」と回答しました。

生徒の感想

- 凡例：
- 新しい知識や学びを得ることができた
 - 将来や夢、人生やライフデザインについて考えることができた
 - 自分や自分の価値観・生き方について考えることができた
 - 結婚や出産について考え・学ぶことができた
 - その他



6 セミナー内容



中学生のための ライフデザインセミナー



松橋 裕子

「人生を豊かに、遊ぶように働き、旅するように生きる」をモットーに活動。経営コンサルタントやマネージャー、メンタルコーチなど多岐にわたる顔を持つ。洋菓子店主やテニスコーチ、マリッジサポーターとして成功を収め、現在は茨城県の様々な審議会委員も務めるなど、地域貢献にも尽力するパラレルキャリアとして活動。



土井 敬司

東京大学大学院を卒業後、日立製作所で顧客課題を解決するためのITツールを20年間開発。現在は、リアルとバーチャルを融合させるためのメタバース空間の事業化に取り組んでいる。ボランティアとして、恋愛講座や子供向けにメタバースを体験してもらうイベントを多数開催。



加藤 万里奈

茨城県出身の口笛奏者。中学2年生で本格的に口笛を始め、わずか7ヶ月後にアメリカで開催された「国際口笛大会」で日本人初の優勝。2014年には「水戸市芸術文化功労賞」を受賞。2019年には世界的名門「カーネギーホール」にも出演。現在も国内外のステージやイベント、メディアにも多数登場。口笛の可能性と表現力を広める活動を続けており、「口笛で人の心を動かす」アーティストとして注目。



飯田 純子

40歳を過ぎて、球場アナウンスをキッカケに『話す』仕事の世界へ...現在は「声で波動を変える」をにかけてバーチャルライバーとして愛と癒しを届ける日々。フツウの生き方ではできないと自己理解し、執事や車両回送など変わった仕事をしつつ、AIと一緒にお金を生み出す方法を構築中。個々の幸せな居場所について伝えたい。



経営者

代表 松橋 裕子

社会貢献と信用信頼で
たくさんの公職を持つ
人をつなぐのがうまい



高学歴

土井 敬司

日本最高学位
最先端技術VRを操る
が！10回連続フラれた男



アーティスト

加藤 万里奈

口笛世界チャンピオン
デヴィ夫人宅から大学に通った
話はのちほどお楽しみに



オタク

飯田 純子

見た目は大人、心は子供
変わった仕事が好き
球場アナウンス・Vライバー

ライフデザインとは？

旅をする時のように
人生を計画することで



より幸せな人生
を送ることができる

多様な家族のカタチ

母子/父子家庭/里親/主夫
事実婚
国際結婚
パートナーシップ
など

多様な仕事のカタチ

- ①雇用形態 フリーランス・クラウドワーカー
パラレルワーカー
- ②労働時間 どのくらい働くかは自分で選ぶ
- ③労働場所 テレワーク・シェアオフィス
などの選択肢もある

心から望むライフデザインとは



1

人に迷惑をかけない
ことを優先して
計画する

❗ 人生の**主人公は自分**

❗ 正解は**自分**の中にしかない



2

自分の価値観ではなく
きちんと周りから
評価されるかを考える

❗ **自分自身**について
知ることがポイント



3

夢や目標を考える時は
自分の能力を自覚して
叶えられる範囲で
計画する方がいい

❗ **トライアンドエラー**を
繰り返す中で模索していく



❗ 問題解決の方法は
1つではなく**無限にある**



加藤万里奈

憧れのデヴィ夫人に会うという夢から
デヴィ夫人宅から大学に通った口笛奏者

2013年 アメリカで開催された世界口笛大会
ティーン部門女子部優勝
2014年 芸術文化功労賞を受賞
2018年 女優として活動開始
水戸市「魅力宣伝部長」就任
2019年 日本人初アメリカニューヨーク市
カーネギーホールにおいて口笛を演奏



【TV出演】

林先生の初耳額

ポケモンとどこいく?!

ところさんのそこんトコロ

サンデー・ジャポン など

なぜ今から考えるの？



一般的に
年齢や時期が
限られていることもある



その職業で活躍するには
長い年月を要する
ものもある

一般的には…

歌を歌うとして

アイドル



シンガーソング
ライター



スポーツ選手・警察官・消防士
パイロット・公務員



など

いつでもなれるわけではない
ものもある

職業では…

医師・弁護士・会計士・建築士
など



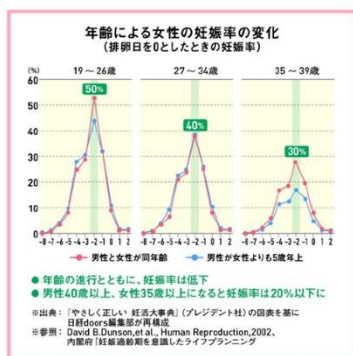
**決められた期間の勉強と
経験が必要**

結婚・出産



理想は20代 なぜだろう？

出産なぜ20代が良いの？①

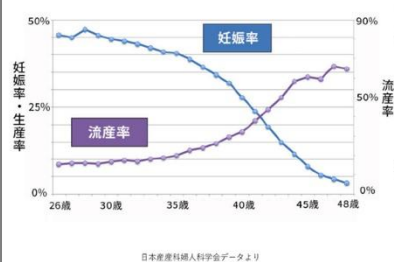


卵子の**加齢**による
減少や質の低下



自然妊娠の
確率低下

出産なぜ20代が良いの？②



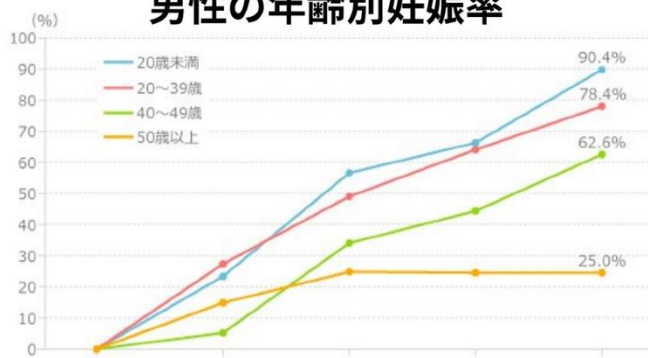
胎児リスク

流産・早産・死産
遺伝子疾患など

母体リスク

妊娠高血圧症候群
などの合併症
緊急帝王切開など

出産なぜ20代が良いの？③ 男性の年齢別妊娠率



望まない妊娠にも注意

1. 体への負担・出産時のリスク
2. 学校生活や夢への影響
3. 経済的な負担
4. 精神的な負担



23歳結婚



24歳出産



子も23歳で結婚



47歳から
夫婦二人を楽しむ

30歳結婚



夫婦二人を楽しむ



34歳出産



子も30歳で結婚
その時64歳

たとえ
ば……

“こんな状態で生きたい” という

価値観



自由に
生きたい



人に優しく
生きたい



安心して
生きたい



穏やかに
生きたい



熱中して
生きたい

大事なこと = 価値観

本物の価値観とニセモノの価値観

「～べき」「しなきゃ」
「こう生きるべき」

と思い込んでいるもの
親や社会から知らぬ間に
刷り込まれている

自分以外の誰かの価値観



本物の価値観を見つけよう

ニセモノの価値観

わたし
じゃなかった



やってみてほしいこと

ニセモノの価値観に
惑わされそうになったり
ありもしない幻想で
不安になったりしたら

それって本当？

って自分に聞いてあげよう

それって本当？

自由がなくなる
お金がかかる
大変
難しい

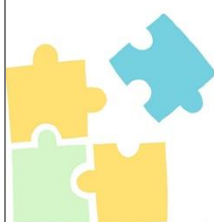
例えば…

自由がなくなる

そもそも自由って何？
お互い自由にしてもいい
かえって自由になることもある
一人じゃなくても自由にできる

制限の中で考えない

すべてマッチング!!



みんながそれぞれ
凸凹なままで**うまくいく**

そのままのあなたを 待っている人がいます

もし、生きづらかったり悩んだら
そこはあなたの居場所がどうか
考えてみてください
人に合わせなきゃいけないのでは
なく合っていないなら探して下さい

お金とは「未来の自由」

お金はチケット
未来の選択肢を買う道具
自由を生む力！



使う・稼ぐ・貯める

使う： 管理する
稼ぐ： 生み出す
貯める： 貯金・増やす
節約する

使 う

消費…生活に必要なもの
浪費…後悔、無駄、
なんとなく、
手元に残らない

1ヶ月に必要なお金を考えよう

内容	金額	内容	金額
①	円	⑨	円
②	円	⑩	円
③	円	⑪	円
④	円	⑫	円
⑤	円	⑬	円
⑥	円	⑭	円
⑦	円	⑮	円
⑧	円	⑯	円

合計 【 】

収入

労働

知識

発信



仕組み スキル

amazon

YouTube



運



時間給は

同じ時間働いても
職種によって
労働時間の時給が違う

増やす

投資…株・債券・外国為替
暗号資産・不動産
コモディティ(金など)
ビジネス事業に出資

増やす

投資…自己成長できるもの
購入、体験、経験する。
本や学びがはかどるもの。

信頼も“資産”

「信頼」が未来のお金を引っ張る！

信頼



人との関係から
生まれる無形資産

2つの資産を育てよう

お金→予算管理・価値創造で
欲しいものを手に入れる自由

信頼→人間関係から良い仕事
やチャンスを得られる

キャリアについて

キャリアとは、
どのような学校に行って
どのように働くか

私のキャリア

- ・ 東京大学大学院卒業
- ・ 大企業入社
- ・ ベンチャー転職
- ・ 会社の社長

- ・ 大企業
- ・ 中小企業
- ・ ベンチャー
- ・ 社長

働くならどれがいい？

大企業は、
・チームスポーツ
・人との会話
が好きな人

中小企業は、
・オタク気質がある人
・コツコツできる人

ベンチャーは、
・体力に自信がある人
・俺様気質な人

社長は、
・世の中に実現したい目標
がある人
・負けん気が強い人

- ・大企業
- ・中小企業
- ・ベンチャー
- ・社長

働くなればどれがいい？

労働収入



配達員

権利収入



会社の仕組み
を作った人

妊婦支援給付金事業

妊婦時→5万円

出産後→5万円

出産一時金

50万円

児童手当の支給額

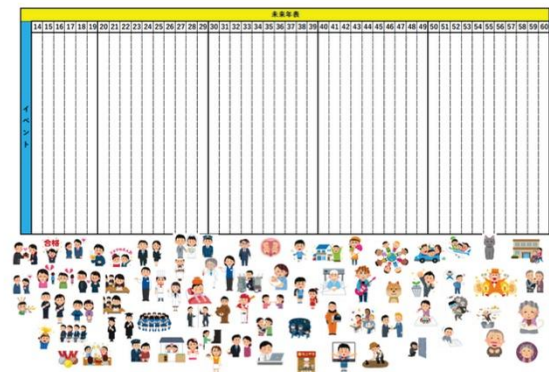
児童の年齢	月額児童手当	年額児童手当
0～2歳	30,000円	360,000円
3歳～小学生	40,000円	480,000円
中学生・高校生	0円	0円
合計	70,000円	840,000円

※年額児童手当は4月を起点とした1年間の金額を算出しています。

※お子さんの誕生日は考慮していません。

2026年	120,000円	2041年	600,000円
2027年	180,000円	2042年	600,000円
2028年	300,000円	2043年	600,000円
2029年	320,000円	2044年	600,000円
2030年	540,000円	2045年	510,000円
2031年	620,000円	2046年	480,000円
2032年	600,000円	2047年	390,000円
2033年	600,000円	2048年	360,000円
2034年	600,000円	2049年	90,000円
2035年	600,000円	2050年	0円
2036年	600,000円	2051年	0円
2037年	600,000円	2052年	0円
2038年	600,000円	児童手当総額	11,710,000円
2039年	600,000円		
2040年	600,000円		
2041年	600,000円		

11,710,000円



7 まとめ



今回のライフデザインセミナーでは、生徒たちが自分のこれからの生き方について、主体的に考え、「正解を探す」のではなく、「自分にとって何が大切なのか」に目を向ける姿勢が育ちはじめたのを感じた。

特に、「ニセモノの価値観」をテーマにしたパートでは、当たり前のように受け取ってきた情報や周囲の声に対して、立ち止まり「自分は思うのか？」と考え直す姿が印象的だった。

また、講師陣の生き方がそれぞれ個性的だったことも、生徒たちに強い印象を残したようで、「そんな人生でもいいんだ」「いろんな生き方があると知った」といった感想が多く寄せられた。

価値観や理想像は人によって違っていい。自分なりの選択をしても良いのだと気づいた生徒が多かったことは、今回のセミナーの大きな成果のひとつである。

また、妊娠や出産、結婚のタイミングなど、これまで具体的に考える機会のなかったテーマに触れ、理解できた子が全体で53ポイント増加、男子においては、「理解していない」とする回答が0%となった。

情報があふれる時代ではあるが、必要な情報が必ずしも届いているわけではないことを、あらためて痛感させられた。正しい知識を、タイミングよく、わかりやすく届けていくことの重要性を再認識した機会でもあった。

● 今後の課題

ただし、限られた時間の中でできることには限界がある。
セミナーの中で気づきを得ることはできても、それだけで将来の方向性が

明確に定まるわけではない。

むしろ「迷っている」「わからなくなった」といった反応は、自分自身と本気で向き合いはじめた証拠ではないかと感じられた。

だからこそ、この後も“考え続けられる環境”をどう整えるかが課題となる。

単発の講座で終わらず、継続的に自分の価値観や人生の選択肢について考えられる場を、学校・講師・行政が連携して提供していく必要がある。

情報提供と対話の両輪で、生徒たちの内面的な成長を支える取り組みが求められている。

● 講師からのメッセージ

今回のセミナーでは、生徒たちがこれまで深く考える機会のなかったテーマに向き合い、自分自身や将来について真剣に考え始める姿を見ることができた。この時間が、生徒たちの未来を見据える第一歩となり、それぞれが自分なりの道を描き出すきっかけとなることを願っている。

生徒たちには、自分の価値観を大切にしながら、多様な選択肢を受け入れ、柔軟な姿勢で未来に向き合ってほしい。たとえ明確な答えがすぐに見つからなくても、考え続けることで少しずつ自分らしい道筋を形作っていく力を身につけていくことが大切だと考えている。

これからも、生徒たちがより良い未来を築けるよう、サポートを続けていきたい。

令和 7 年度 那珂市ライフデザインサポート事業報告書

令和 8 年 3 月

発行 那珂市役所 保健福祉部 こども課

〒311-0192 茨城県那珂市福田1819 番地 5

TEL 029-298-1111

FAX 029-352-1021