

第1編 進路について考えてみよう

☆卒業後の進路って？☆

◇キャリアロードを作ってみよう◇

◇資格と免許について◇

◇校内で受験できる資格試験◇

◇校内で行われている講座について◇

◇企業が求める人材(コミュニケーション能力)◇

◇アサーティブチェックシート◇

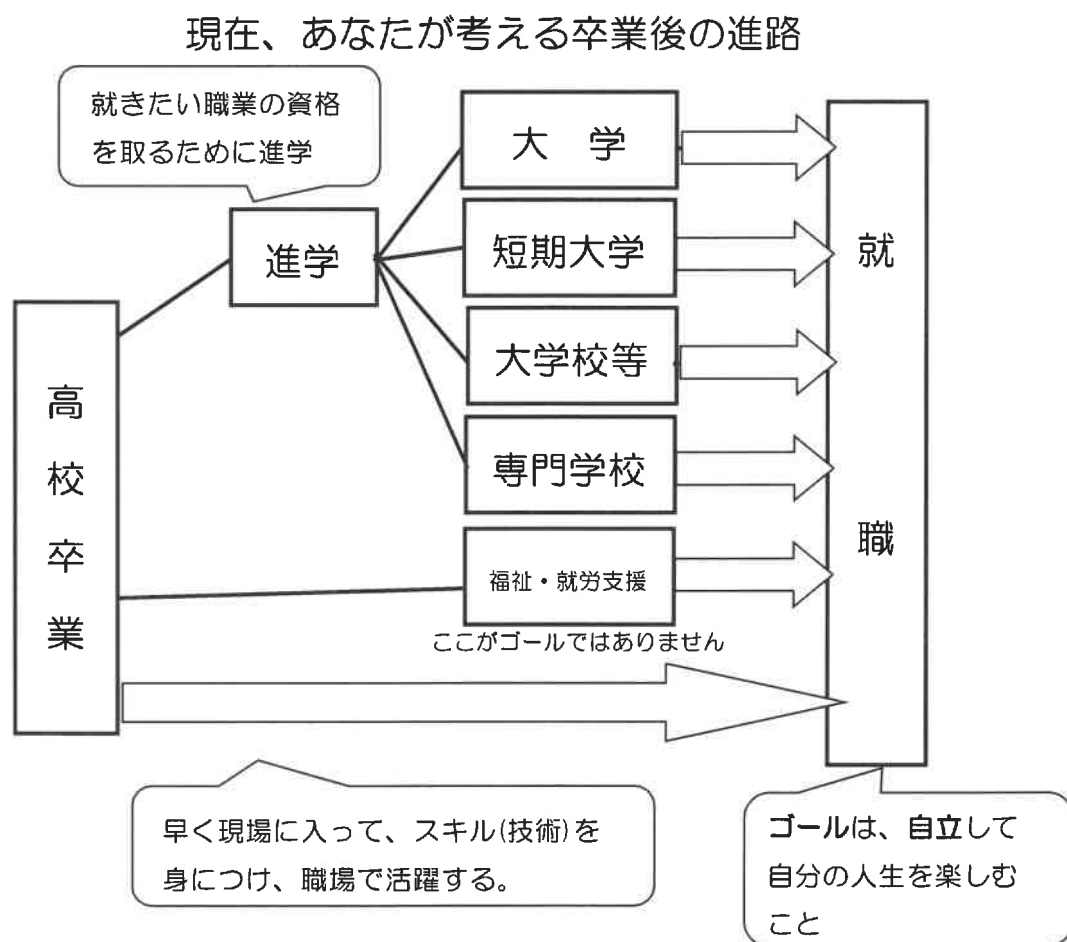


☆ 卒業後の進路って？ ☆

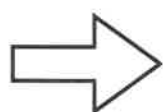
職業の種類は3万種類以上あるといわれています。今、あなたはそのうちの何種類を知っているでしょうか？あなたの知らない職業の中に、あなたにピッタリの仕事があるかも知れません。アンテナを張り巡らせて、高校生活の中で自分にあった職業を決めていきましょう。

このワークは、そのためのステップです。

さあ、自分探しを始めましょう。



あなたが現在希望する進路は？できるだけ具体的に書いてみよう！



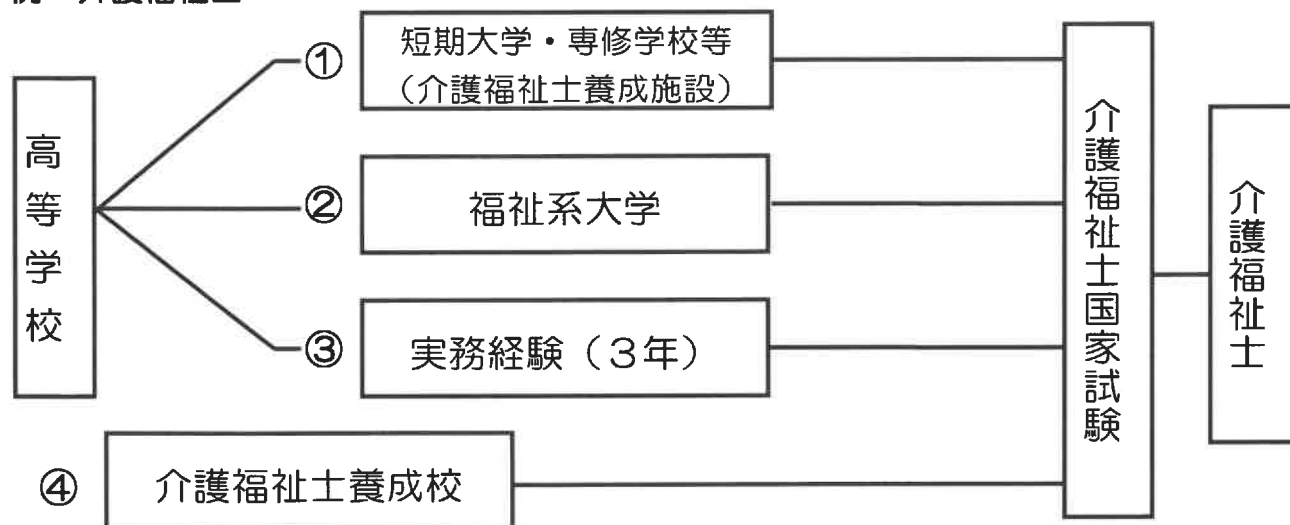
例：沖縄国際大学 法学部 法律学科

◇ キャリアロードを作ってみよう ◇

～将来の職業コースを作ってみよう～

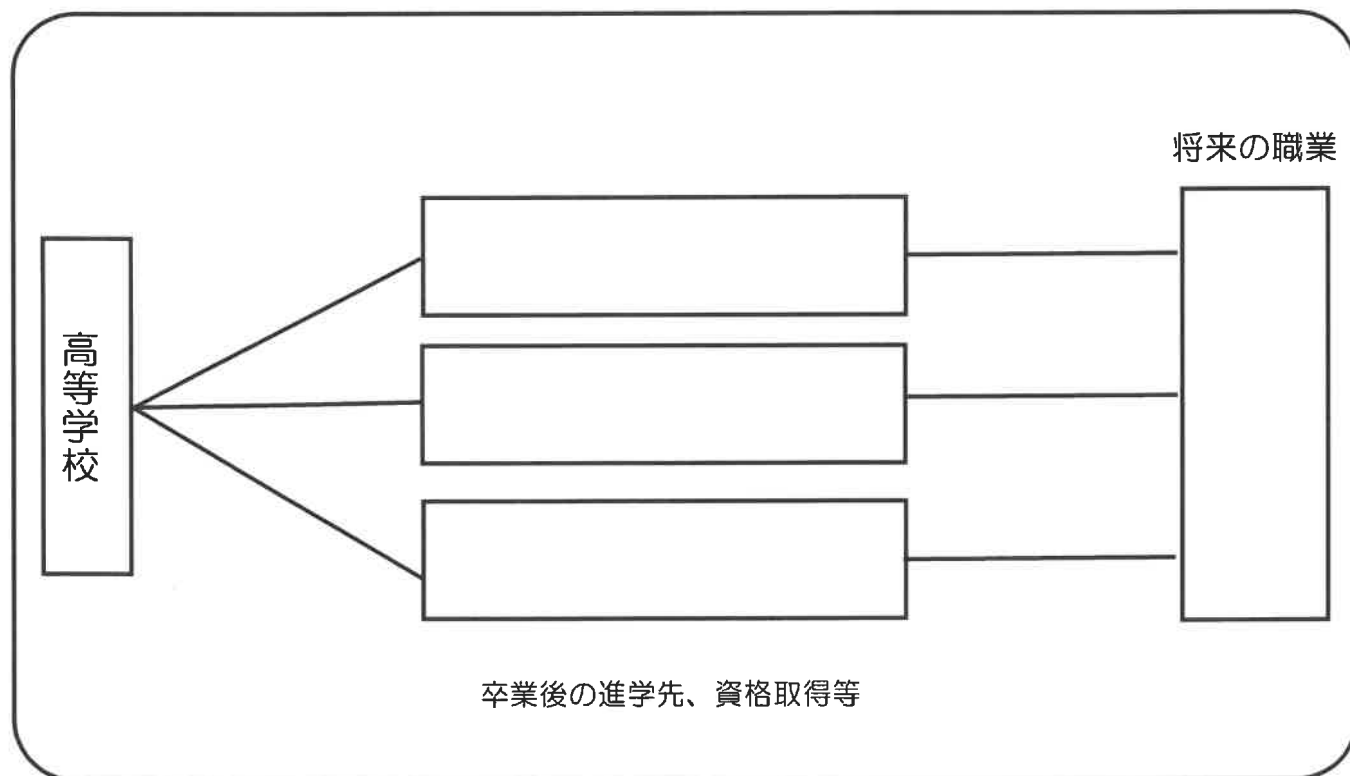
将来就きたい職業を一つ選び、その職業に就くための方法を調べ、高校卒業後にどのようなキャリアロードがあるのか作り上げてみよう。

例：介護福祉士



★本校みらい福祉科は④の「介護福祉士養成校」にあたり、450時間の介護実習と1855時間の専門授業を修得することで、国家試験の受験資格を得ることができます。

あなたのキャリアロードは…



◇資格と免許について◇

- 大学・短大・専修学校（通信制を含む）で指定の学科を卒業して受験資格を得た後、国家試験に合格しなければ取得できない資格・免許

職業名・資格・免許名	教育機関名			所轄・主催
	専修	短大	大学	
美容師	○	○		厚生労働省
理容師	○			厚生労働省
医師			○	厚生労働省
歯科医師			○	厚生労働省
獣医師			○	農林水産省
薬剤師			○	厚生労働省
看護師	○	○	○	厚生労働省
理学療法士	○	○	○	厚生労働省
作業療法士	○	○	○	厚生労働省
診療放射線技師	○	○	○	厚生労働省
臨床検査技師	○	○	○	厚生労働省
臨床工学技士	○	○	○	厚生労働省
救急救命士	○	○	○	厚生労働省
歯科衛生士	○	○	○	厚生労働省
歯科技工士	○	○	○	厚生労働省
視能訓練士	○	○	○	厚生労働省
言語聴覚士	○	○	○	厚生労働省
義肢装具士	○		○	厚生労働省
あん摩マッサージ指圧師	○	○	○	厚生労働省
はり師	○		○	厚生労働省
きゅう師	○		○	厚生労働省
二級建築士	○	○	○	国土交通省
二級自動車整備士	○			国土交通省

他にも資格が必要な職業はあります。

自分の目指す職業が決まったら、どんな資格が必要なのかを必ずチェックしておきましょう。



- 大学・短大・専修学校等の指定の学科を卒業すれば無試験で取得できる資格・免許

職業名	資格・免許名	教育機関名			所轄・主催
		専修	短大	大学	
保育士	保育士	○	○	○	厚生労働省
栄養士	栄養士	○	○	○	厚生労働省
調理師	調理師	○	○	○	厚生労働省
幼稚園教諭	幼稚園教諭 1 種			○	文部科学省
	幼稚園教諭 2 種	○	○	○	文部科学省
小学校教諭	小学校教諭 1 種			○	文部科学省
	小学校教諭 2 種	○	○	○	文部科学省
中学校教諭	中学校教諭 1 種			○	文部科学省
	中学校教諭 2 種		○	○	文部科学省
高等学校教諭	高等学校教諭 1 種			○	文部科学省
養護教諭	養護教諭 1 種			○	文部科学省
	養護教諭 2 種	○	○	○	文部科学省
司書教諭	司書教諭		○	○	文部科学省
司書	司書		○	○	文部科学省
学芸員	学芸員			○	文部科学省

- 国家試験に合格しなければ取得できない資格・免許

職業名・資格名	必要な学歴	管轄省庁
社会保険労務士	高専・短大・大学で一般教養修了	厚生労働省
行政書士	誰でも可	総務省
司法書士	誰でも可	法務省
弁理士	誰でも可	経済産業省
通関士	誰でも可	財務省
気象予報士	誰でも可	国土交通省
中小企業診断士	誰でも可	経済産業省
公認会計士	誰でも可	内閣府
弁護士(司法試験)	誰でも可	法務省
税理士	誰でも可	財務省

◇ 校内で受験できる資格試験 ◇

資格名	級	実施月	受験料	担当教科
日本語検定	5 級、4 級、3 級	6 月、11 月	¥2,300～	国語科
英語検定	2 級、準 2 級、3 級、4 級	5 月、10 月、1 月	¥2,800～	外国語科
数学検定	3 級、準 2 級	6 月、1 月	¥4,900～	数学科
ビジネス計算 実務検定	1 級、2 級、3 級	6 月、11 月	¥1,000～	商業科
簿記実務検定	3 級	1 月	¥1,300～	商業科
ビジネスコミュニケーション検定		12 月	¥1,300～	商業科
情報処理検定	1 級、2 級、3 級	1 月	¥1,300～	商業科
硬筆検定	3 級	6 月、11 月、1 月	¥3,000～	書道
毛筆検定	3 級	6 月、11 月、1 月	¥3,500～	書道
色彩検定	3 級	6 月、11 月	¥7,000～	美術
情報処理技能検定 (表計算)	2 級、準 2 級、3 級	7 月、12 月、2 月	¥2,000～	情報科

※ 校内で実施しないものもあります。詳細については、先生方と確認してください。

～検定を受けるメリット～

☆メリット 1

進学や就職に有利になる。

○大学へ進学する場合、総合型選抜や学校推薦型選抜で優遇される場合があります。

○就職を希望する場合、履歴書の「資格」の欄に記入することができます。

資格が多いほど内定に近づきます！

☆メリット 2

増加単位（卒業単位に含む）として認定される。

○漢字検定 2 級合格で、「国語総合」「現代の国語」「言語文化」のいずれかに 2 単位増加されます。

○日本語検定は、3 級から増加単位として申請予定です。

○英語検定 2 級合格で、「英語コミュニケーションⅠ」に 3 単位増加されます。

○簿記実務検定 1 級合格で、「簿記」に 2 単位増加されます。

※ 他にも資格取得を増加単位として認めるものもありますが、どの科目に単位が付与されるかは履修する科目と関係します。

◇ 校内で行われる講座について ◇

- 本校の生徒なら、誰でも無料で受講することができます。
- 日時が重なっていなければ、複数の講座を受講することができます。
- 講座は放課後や早朝、夏休みに行われます。

1. 講座期間

前期課外講座・・・・・・・・・・ 5月18日(月)～ 7月 8日(金)
 夏期課外講座・・・・・・・・前期 7月21日(火)～ 7月31日(金)
 夏期課外講座・・・・・・・・後期 8月12日(火)～ 8月24日(月)
 後期課外講座・・・・・・・・・・10月 6日(火)～12月11日(金)

2. 開講について

開講は各講座 9～10回程度ですが、短期講座、特別講座、体験講座などは1～2回で終了する講座もあります。応募人数が少なくても、可能な限り開講します。

3. 昨年開講した講座です。(今年度の講座は募集時に案内します。)

前期講座	英語 de 百人一首	後期講座
大学入試対策(志望理由書き方講座)	小論文書き方講座	受験対策地理 基礎中の基礎Ⅱ
手話	国語基礎力養成講座	受験対策地理 基礎中の基礎Ⅲ
写真研究	ジェンダー平等と性の多様性	物理基礎
電卓検定対策講座(直前対策講座)	人前で話すことは怖くない	英語講座
英語検定対策講座(3級2級準2)	就職セミナー 履歴書の書き方	ビジネス計算検定対策
中国語講座	物理基礎講座	日本語検定 3級・4級講座
共通テスト対策「物理基礎講座」	英検対策講座	写真研究
受験対策「地理～基礎中の基礎～」	中国語検定対策講座	手話レク
情報処理検定対策講座	国家試験対策	介護福祉士国家試験対策① 人間の尊厳と自立・人間関係とコミュニケーション・介護基本
	簿記・情処 2級	介護福祉士国家試験対策② 社会の理解
夏期・短期・体験講座	異文化を学ぼう～ハワイと沖縄の共通点～(英語学習も入ります)	介護福祉士国家試験対策③ コミュニケーション技術・総合問題
麻雀講座	沖縄戦フィールドワーク ガマ探検ツアー①	介護福祉士国家試験対策④ 生活支援技術
資産運用講座(株式投資編)	沖縄戦フィールドワーク ガマ探検ツアー①	介護福祉士国家試験対策⑤ こころとからだのしくみ
美術鑑賞レポートの書き方講座	オリジナルの クラフトコーラを作ろう	介護福祉士国家試験対策⑥ 発達と老化の理解・介護過程
デザイン 紅型デザイン展鑑賞	キャンプ基礎 ロープワーク と簡易テント・火のおこし方	介護福祉士国家試験対策⑦ 認知症の理解・障害の理解・医療的ケア
写真研究	キャンプ基礎 テント立てとロープ	
将棋講座	トロンボーンの笛をつくろう	

他にもみなさんの希望する講座があれば、進路部の先生方に相談してください。

◇企業が求める人材（コミュニケーション能力）◇

○「企業が採用にあたって重視する点」（アンケート結果から）

- 1位 コミュニケーション能力
- 2位 協調性
- 3位以下 基本的な生活態度、積極性、責任感 など

このようになっています。

あなたは周りの人たちとうまくコミュニケーションがとれていますか？

コミュニケーションはキャッチボール

私たちは言葉というボールに自分の気持ちや考えをたくし、相手に投げます。強すぎると相手は怖くて逃げてしまうかもしれません。逆に弱すぎると相手のもとまで届きません。また、とんでもない方向に投げると、相手はボールを投げられたことさえ気づかないかもしれません。

あなたは普段、周りの人たちにどんなボールを投げていますか？

自分のタイプを知ろう

私たちが日ごろから取りがちなコミュニケーションのパターンは何ですか。ちょっと言い過ぎ？それともがまん？いやみをちくり？今の自分はどんなタイプのコミュニケーションスタイルになっているのでしょうか。次のページの「アサーティブチェック」をやってみましょう。

今日のあなたの結果

- A () 点・・・「攻撃的」
- B () 点・・・「非主張的」
- C () 点・・・「アサーティブ」

アサーティブとは、直訳すると「自己主張する」という意味ですが、自分の意見を無理に押し通すのではなく、相手の意見を尊重しながら、率直に対等に思っていることを話す姿勢のことです。進路活動では、面接練習を通してコミュニケーション能力は高まります。

◇アサーティブチェックシート◇

次の文章を読んで、自分に合っていると思う数字を空欄に記入して下さい。

- 1 まったくしない (まったくあてはまらない)
 2 たまにする (たまにあてはまる)
 3 半分くらいする (半分くらいあてはまる)
 4 よくする (よくあてはまる)
 5 いつもする (いつもあてはまる)

1	誰かが非常にずるいことをした時、それをきちんと指摘する			
2	ものごとを決断するのは難しいと思う			
3	気に入らないことを言われると、自分も言い返して仕返しをする			
4	並んでいるところに割り込みされても、何も言えず我慢する			
5	自分のミスや失敗を認めるのは難しいと思う			
6	人からほめられると、恥ずかしくていたたまれない気持ちになる			
7	かっとなりやすい			
8	友達に誘われると、いやでも断れず OK する			
9	授業中わからないことがあった時、質問する			
10	話し合いの場では、自分の意見を言うのは控える			
11	貸した本を返してほしい時、相手にはっきりと言う			
12	ケンカをした時、自分からあやまるのは絶対に嫌だ			
13	何かを頼むのは相手に悪いと思い、あきらめる			
14	長電話や長話を切りたいとき、自分から言える			
15	人と話す時、相手と視線を合わせるのが苦手である			
16	注文したものと違う料理がきたら、そのことを言って交渉する			
17	相手に怒りを感じた時、「バカ」など人をののしる言葉を使う			
18	人前やいろいろな場に出ていくことが苦手である			
19	他の人が決定や選択をすべき時、代わりにやってあげる			
20	やさしさや愛情を表に出せる			
21	友達に何かを頼んだり、助言を求めたりできる			
22	自分の考えは間違いないと思う			
23	あまり知らない人と話すのは苦手である			
24	気が進まない誘いは断る			
25	人からほめられた時、ありがとうと素直にほめ言葉を受け取る			
26	誰かを思い通りに動かすため、怒鳴ったり脅かしたりする			
27	人が話していても、割り込んで自分の話をする			
28	人から不当に批判された時、黙ってしまう			
29	気がつくと、会話を独占している			
30	初対面の人に、自分から進んで声をかけ、話をする			
合計				
満点		50	50	50
		A	B	C

☆縦の列ごとに合計点を出してみましょう

私たちの3つの自己表現

〔攻撃的〕〔非主張的〕〔アサーティブ〕

攻撃的・・・強すぎるボール。相手が怪我をするかも…。

自分のことだけを主張し、相手に配慮しない。

例：自己中心的、強がる、いばる、自分だけ一方的に話す、相手を自分の思い通りにコントロールしたい、必要以上に大きな声を出す など

非主張的・・・弱すぎるボール。もしくは投げない。

自分が我慢すれば良いと感じて、自分の気持ちや考えを言わない。

例：消極的、相手にあわせる、自己主張せず黙る、はっきり言わずに遠まわしに言う など

アサーティブ・・・コントロールもスピードもバッチリ。誰でもキャッチできる。

自分の気持ちや考えを、相手を尊重しながら正確に伝える。

例：自分も他人も同じように大切だと考え、尊重する。積極的、協力的、自分で決める、柔軟に対応する など

日頃、自分がどのように自己表現をしているのか、ひとつの目安として参考にしてください。点数の割合が、自己表現の割合とはほぼ一致だと考えて良いでしょう。みんなそれぞれ「攻撃的」「非主張的」「アサーティブ」の3つの表現の仕方をしています。先輩には何も言えず非主張的になったり、妹や弟に大声で命令して自分の思い通りに動かそうとしたり、相手や状況によって変化することもあるでしょう。しかし、その割合は一人ひとり違います。

あなたは、周りの人からどんなボール（言葉）を投げて欲しいですか？

《 》なボール（言葉）
相手の人も同じように感じています。

アサーティブチェックは今日のあなたの結果です。1ヶ月後、1年後は大きく変化しているかもしれません。自己表現の仕方は、スポーツと同じで練習すれば必ず上達します。自分が望む表現方法を、誰もが身につけることができます。

私たちは自分や相手を大切に思う気持ちを持てば、どのようにコミュニケーションをとれば良いのか自然とわかります。自分を大切な存在だと感じていれば、自分の気持ちを押し殺して意見を言わなかったり、無理に人に合わせたりはしないはず。相手を大切な存在だと感じていれば、大声で怒鳴ったり、自分の意見を押しつけないはず。

私たちは一人で生きていくことはできません。家庭や学校で、将来は職場で多くの人たちと関わりながら生きていきます。そこで生まれる人間関係が心地よいものであるか、逆にストレスになるかによって私たちの毎日の生活は大きく変わってきます。

「コミュニケーション能力」はよりよい人間関係を築いていくうえで欠かすことのできない力です。何よりも、自分自身のために「コミュニケーション能力」を高めていきましょう。