

# 自分チェックシート 興味・関心編

進路研究をはじめの前に、興味や関心のあること、得意・不得意教科・科目を整理しておきましょう。  
 下記シートに記入しておけば、自分に合った進路や学校、入試方法を探すときに役立ちます。

スキな教科・科目①		●どんなところがスキなのか理由を書いておきましょう
スキな教科・科目②		●どんなところがスキなのか理由を書いておきましょう
得意な教科・科目①		●各教科のどの部分が得意なのか書いておきましょう
得意な教科・科目②		●各教科のどの部分が得意なのか書いておきましょう
興味を持ってない教科・科目①		●どうして興味を持ってないのか書いておきましょう
興味を持ってない教科・科目②		●どうして興味を持ってないのか書いておきましょう
苦手な教科・科目①		●各教科のどの部分が苦手なのか書いておきましょう
苦手な教科・科目②		●各教科のどの部分が苦手なのか書いておきましょう
今までで一番オモシロイと感じた授業		●どの部分がオモシロイと感じたのか書いておきましょう
最近、興味や関心を持ったニュース		●どんなところに興味や関心を持ったのか書いておきましょう
特技・取得している資格	●特技	●資格
自分の性格	●自分ではどんな性格だと思っているか	●友だちや先生、保護者など他人からはどんな性格だと思われるか

## 記入のポイント

### ●スキな教科・科目

成績とは関係なく、大スキな教科や科目名とスキな理由を書いてみよう。

### ●得意な教科・科目

興味や関心とは別に成績の良い教科や科目名を書いてみよう。

### ●興味を持ってない教科・科目

成績とは関係なく、なんとなく興味や関心の持てない教科や科目名とその理由を書いてみよう。

### ●苦手な教科・科目

興味や関心とは別に成績の良くない教科や科目名を書いてみよう。

### ●今までで一番オモシロイと感じた授業

誰だって1回くらいは、「オモシロイ」と感じた授業があるはず。そのときの教科・科目名と授業内容、オモシロイと感じた理由を書いてみよう。

### ●最近、興味や関心を持ったニュース

最近1年くらいの間に興味や関心を持ったニュースと、どの部分に興味や関心を持ったのか書いてみよう。

### ●特技・取得している資格

特技や取得している資格があれば書いておこう。

### ●自分の性格

性格は自分が思っているのと、他人が感じているのでは結構違う。主観的・客観的の両面から自分を見つめ、本当の自分はどういうタイプなのかを考えてみよう。

## 進路研究のポイント

### ●スキな教科・科目

### ●今までで一番オモシロイと感じた授業

### ●最近、興味や関心を持ったニュース

### ●特技・取得している資格

### ●自分の性格

進路研究のポイントはこの5項目。まずは、成績の善し悪しにかかわらず、「スキな教科」「オモシロイと感じた授業」「身につけている知識・技能」を深められる進路を考えてみよう。

### ●得意な教科 ●苦手な教科

この2項目は入試の準備に役立てよう。苦手教科を少しでも少なくすれば、受験教科・科目に左右されない進路選択が可能になるよ。

# 自分チェックシート 将来の夢・目標編

進路研究をはじめの前に、高校卒業後の進路希望や将来やってみたいと思っている仕事、夢、目標を整理しておきましょう。下記シートに記入しておけば、自分に合った進路や学校を探すときに役立ちます。

将来やってみたい 仕事①	●仕事・職業名
	●どうしてその仕事をやってみたいか理由も書いておきましょう
	●この仕事に必要なと思われる知識・技術・資格
	●仕事に特定の知識や技術・資格が必要な場合、あなたなら、どうやって身につけようと思いますか
将来やってみたい 仕事②	●仕事・職業名
	●どうしてその仕事をやってみたいか理由も書いておきましょう
	●この仕事に必要なと思われる知識・技術・資格
	●仕事に特定の知識や技術・資格が必要な場合、あなたなら、どうやって身につけようと思いますか
受験や仕事以外の 将来の夢・目標	●夢や目標
	●実現するためにしなければならないと思うこと
高校卒業後の進路 はどう考えている？	<input type="checkbox"/> 大学に進学 <input type="checkbox"/> 短期大学に進学 <input type="checkbox"/> 専門学校に進学 <input type="checkbox"/> 留学 <input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> とりあえず進学することだけ決めている <input type="checkbox"/> 進学か就職か迷っている <input type="checkbox"/> 未定

## 記入のポイント

### ●将来やってみたい仕事

具体的な職業名があればそれを記入。具体的な職業名は浮かばないという人は、「医療関連」「福祉関連」「モノをつくる仕事」など自分がイメージする仕事分野を書いてみよう。

### ●その仕事をやってみたい理由

「人の役に立つ」「みんなを楽しませることが出来る」「自分の特技を生かせる」など、その仕事に魅力を感じる理由を書いてみよう。

### ●仕事に必要なと思われる知識・技術・資格

具体的な職業名を書いた人はその仕事に必要なと思われる知識・技術・資格を記入。「○○関連の仕事」と仕事分野を書いた人は、その仕事分野に必要なと思われる知識・技術・資格を書いてみよう。わからない場合は空欄のままOK。

### ●知識・技術・資格をどうやって身につけるか

具体的な手法を知っている場合は「どこで」「何を」「どうやって身につけるか」を記入。今のところ思いつかない場合は空欄のままOK。

### ●受験や仕事以外の将来の夢・目標

将来やってみたい仕事とは別に将来の夢や目標がある場合はそれを記入。「○○大学に入ること」など受験にかかわる目標を除く。

### ●夢や目標を実現するためにしなければならないと思うこと

夢や目標を実現するためにしなければならないことを記入。実行不可能なことは記入しないこと。

### ●高校卒業後の進路

今の気持ち(予定)に該当するものにチェックしておこう。

## 進路研究のポイント

### ●将来やってみたい仕事

### ●将来の夢や目標

### ●必要な知識・技術・資格

### ●どうやって身につけるか

進路研究のポイントはこの4項目。大学・短大・専門学校への入学はゴールではなく、社会への入り口と考えるなら、将来の夢や目標に合った進路を考えてみよう。将来やってみたい仕事に「○○関連の仕事」と書いた人は、その業界や分野にはどのような職業があり、どんな知識や技術が必要なのか調べてみよう。資格が必要な仕事なら、どこでその資格が取れるのかも要チェック。