

# スタート

中学1年生から

「ライフデザイン」ってなに？

「性や生き方」「心身を大切にすること」について

## 中学・高校生時代

### 重要ポイント① 進路

#### 進路について考えよう!

① 進学

② 就職・起業

理想の学校生活はどんなふうに過ごしたい？

お金の使い方、考えるタイミングかも！ アルバイト始める？

気になる人ができた！ どう動く？

部活や趣味、友だちと遊んでいるときなど、自分の好きなことができてうれしかったのはどんなときですか？

今までの中で、一番頑張ったことは？

学校生活の中でうまくいかないとき、どんなふうに気持ちを切りかえる？

進路について考えたとき、どんなことを気にする？

### 進学

①

②

就職活動が始まった！働くときに大事にしたいのはどんなこと？ (安定・やりがい・自由など)

### 重要ポイント② 就職

#### 卒業後の進路について考えよう!

① 地元で就職・起業

② 地元以外に就職・起業

## 結婚生活

結婚について

「仕事とプライベートのバランス」について

### 重要ポイント③ 結婚

#### 結婚について考えよう!

① 結婚する (事実婚・パートナーシップも含む)

② 結婚しない

今住んでいる家から通うことができない場所で働くことになった！ 転職する？ 仕事を続ける？

職場でイヤだなと思う言い方や行動を受けたら、どうする？

仕事を始めてから、自分はどんな生活をしている？

どんな働き方が自分に合いそう？ (人と関わる／ものを作る／自然の中で など)

パートナーと暮らすとき、どんなことを大切にしたい？

家賃、通勤、環境何を優先して住む場所を決める？

### 独身

自分の時間、どう過ごしたい？

地域や社会で、どんなことに関わってみたい？

# 歳までの自分の未来を描こう

# ライフデザイン

# すごろく

奈良県広報担当 Vtuber「奈々鹿」

パートナーが「仕事をやめたい」と言ったら、どう声をかける？

パートナーと過ごす時間と自分の時間、どちらも大切にするには？

自分が理想の生活空間を作るとしたら、どんな工夫をしたい？

お金が貯まったら、どんなことに使いたい？

自分だけの理想の生活空間を作るとしたら、どんな工夫をしたい？

子育てについて

妊娠・出産について

### 重要ポイント④ 子育て

#### どんな家族や関係を築いていきたいか考えよう!

① こどもを育てる

② パートナーと支え合う

③ 一人や友人、ペットと暮らす

理想の家族像は？

育児休暇とる？ もしとるならどれくらいとる？

子育てと仕事を両立するにはどうすればいい？

こどもとどんなことをしたい？

## ゴール

- 【ルール】
- このすごろくは、早くゴールすることが目的ではありません。マス目に書かれている内容をよく読み、自分の価値観に沿って進めましょう。
  - ライフイベントマスでは自分の行動を考えましょう。「ライフイベントマス」に止まった際には、「もしこの出来事が起きたら、自分はどう行動するか？」を想像しながら、自分らしい選択や対応を考えてみてください。
  - サイコロを振って、奇数が出たら「1マス」、偶数が出たら「2マス」進んでください
  - 「重要ポイント」のマスでは、必ず止まりましょう。「重要ポイント」のマスでは必ず止まり、進路・就職・結婚・子育てなど、人生の大切なライフイベントについてじっくり考える時間を持ちましょう。
  - 「重要ポイント」では、自分の価値観に近い選択肢を選びましょう。どの選択肢が正解ということはありません。自分らしい選択を大切にしてください。
  - 矢印通りに進む必要はありません。このすごろくは、奈良県が想定した一例です。自分のライフデザインに合わせて自由に進めてください。
- 例：高校卒業後に結婚し、その後進路について考えたい場合は、「重要ポイント①【進路】」→「重要ポイント③【結婚】」→家庭のライフイベントを考える→「重要ポイント④【子育て】」に行く前に「重要ポイント①【進路】」へ戻る、など自由に選択可能です。