



AOMORI

<https://www.pref.aomori.lg.jp/>

[企画・制作] 青森県企画政策部 企画調整課

同封のステッカーを貼ることで、  
自分だけの魅読BOOKができあがります。  
冊子の好きなところに貼るよう、生徒に伝えてください。



住む、働く、暮らす。  
青森の未読の魅力を。知る。

# あおもり 魅読BOOK

解説本

- Telephone
- AomoriNavi
- Aomori sightseeing
- Shukatsu AOMORI

# あおり魅<sup>みどく</sup>読BOOKとは

青森県の最重要課題は「人口減少克服」。少子化・高齢化による人口減少は、本県ばかりではなく全国的な課題ですが、特に青森県は、進学・就職のタイミングで半数以上の高校生が県外に出ていく状況にあり、将来を担う若者の流出が大きな課題となっています。

『あおり魅読BOOK』は、そんな進路選択を控えた高校生に、本県の暮らしやすさ・働きやすさを知ってもらい、卒業後または将来の選択肢として、青森県で働く・青森県で暮らすという視点を持ってもらいたいという狙いで企画・制作されました。

「魅読(みどく)」というタイトルは、スマホのチャットアプリのアイコンに表示される未読通知の「未読」と、

「魅力」を掛けた造語。実はまだまだあまり知られていない青森県の魅力をもっと県内の高校生に知ってもらいたい...という想いが込められています。

表紙や中面も、そんなタイトルの世界観をそのままに、スマホのチャット画面をイメージした構成で、高校生が思わず手に取って開きたくするようなデザインにしました。

未来ある県内の高校生たちが、自分の将来のライフプランを考え、これまで身近すぎて気づかなかった青森県の「未読の魅力」を再認識した上で、それぞれがより自分にあった進路を選択できるよう、ぜひ本誌を授業等での教材としてお役立てください。

企画・制作：青森県企画政策部企画調整課

# あおり魅<sup>みどく</sup>読BOOKの誌面構成

チャットのテーマ

チャット画面  
導入として、県内の高校生の実際の声を元に、テーマに沿ったメンバーの会話が繰り返されています

進学か就職か、県内か県外か…。みんなどうなの？

進学先	就職先
県内	県内
県外	県外

ページをめくると、未読数がひとつずつ減っていきます

情報面  
テーマに関する各種データとその説明を掲載しています

メモ欄  
チャットメンバーになったつもりで生徒が自分の考えを記入できます

# CONTENTS

あおり魅読BOOK(本編)	解説本(対応ページ)
P01. インタロダクション	P01. あおり魅読BOOKとは
P02. あおり未来チャット:メンバー紹介	P02. 解説本の構成
P03. みんな卒業したらどうすんの？	P03. 青森県内の高校生の進路状況
P05. 都会と地元ってそんなに違う？	P04. 縮まる都会と地方の格差
P07. みんな青森好き？	P05. 青森県への愛着
P09. 教えてセンパイ!~大学生編	
P11. 県外の友だちが遊びに来たらどこ案内する？	P06. 県外・海外から評価される青森県
P13. 青森の特産品と言えば？	P07. 青森県の産業
P15. いつか自分の会社を作りたいとか、考えたことある？	P08. 青森県の創業・起業事情
P17. 仕事を選ぶ時、重視することって何？	
P19. 将来家庭を持ったら青森に住みたい？	P09. 青森県の生活環境(労働・子育て・住まい)
P21. マイホーム建てるならどこ?どんな家にする？	
P23. 教えてセンパイ!~社会人編	
P25. 就職先を選択するとき、どんな情報が欲しい？	P11. 就活サポート情報
P27. ワークシート「私のライフプラン」	P12. ワークシートについて

# 解説本の構成

本編対応ページ

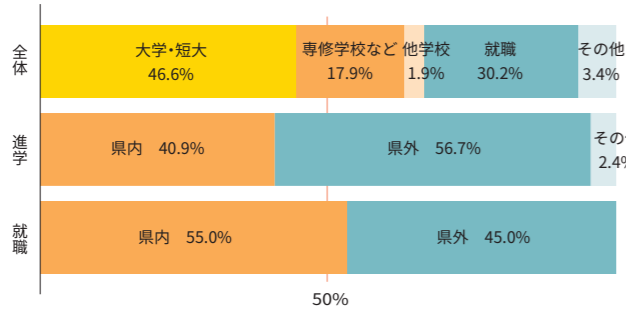
本編ダイジェスト  
本編に掲載しているデータを抜粋

本編サマリー  
各テーマのポイントを要約

補足情報  
本編に載せられなかった関連データや補足説明

# P03 みんな卒業したらどうすんの？

青森県内の高等学校等卒業者の進路状況(令和2年3月卒)



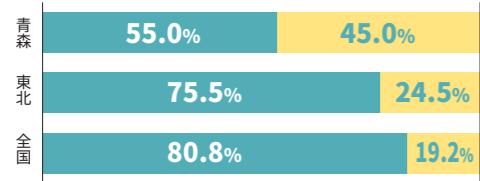
※文部科学省「学校基本調査」を基に各項目の割合を算出。

- | 県内             | 県外              |
|----------------|-----------------|
| 1位 自宅から通える     | 1位 県外で働きたい      |
| 2位 県内にいたい      | 2位 自宅から離れて生活したい |
| 3位 地元で貢献したい    | 3位 寮などが完備されている  |
| 4位 説明会等で魅力を感じた | 4位 賃金が高い        |
| 5位 業務内容が合っている  | 5位 都会に魅力を感じる    |

出典:青森県「高校生の就職に関する意識調査結果(2018年)」

**本編サマリー** 令和2年3月に県内の高校を卒業した生徒の進路を見ると、**進学(専修学校等含む)が約66%、就職が約30%**という割合。進学者の半数以上(約57%)が県外に進学しています。一方、就職者のうち半数以上(55%)が県内に就職していますが、**全国(約80%)や東北(約76%)**と比べるとその割合は低く、多くの若者が進学や就職を機に県外に流出しています。就職するならば県内か県外か、それぞれ希望する理由を尋ねると、自宅から通いたい(県内希望)自宅から離れて生活したい(県外希望)という対照的な理由が上位に挙げられています。

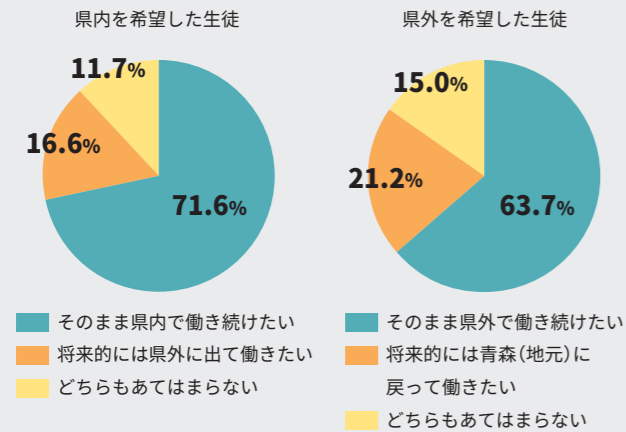
高等学校卒業者の就職状況(令和2年3月卒)



出典:文部科学省「学校基本調査」

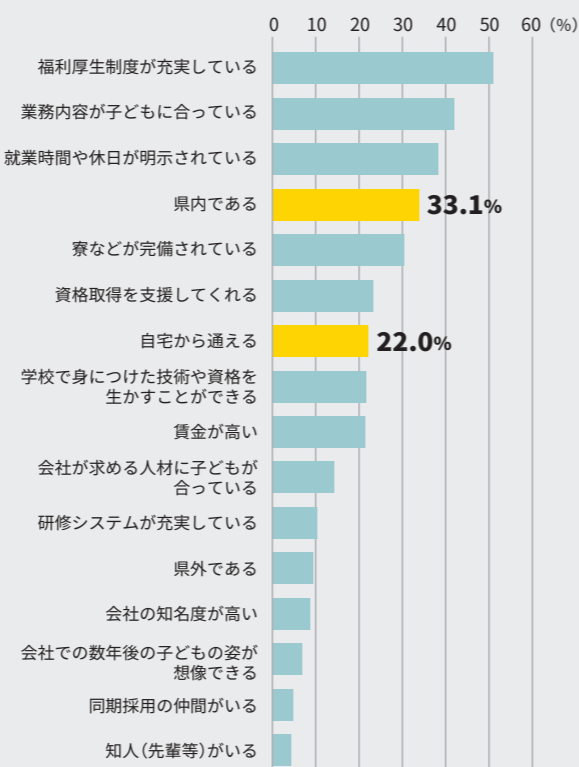
## 補足情報

### 就職希望の高校生の就職後の見通し



- 県内を希望した生徒はそのまま県内で、県外を希望した生徒はそのまま県外で、働き続けたいと思っている割合が高くなっています。一方で、**県外を希望した生徒の約21%が、将来は青森(地元)に戻りたいと回答**しているように、一度県外に就職したとしても、将来的にUターンして青森県に戻ってくる選択肢もあります。
- 保護者が子どもの就職先に望むのは、福利厚生や業務との相性、成長といった子どもの幸せ。一方で、回答からは「**県内である」「自宅から通える**」といった、**県内にいて欲しいという保護者側の想い**も垣間見えます。生徒たちにはできるだけ自分の就職先を保護者にも相談し、保護者からの意見などを参考にした上で、就職先を決めることも大事です。

### 保護者が子どもの就職先に望むこと

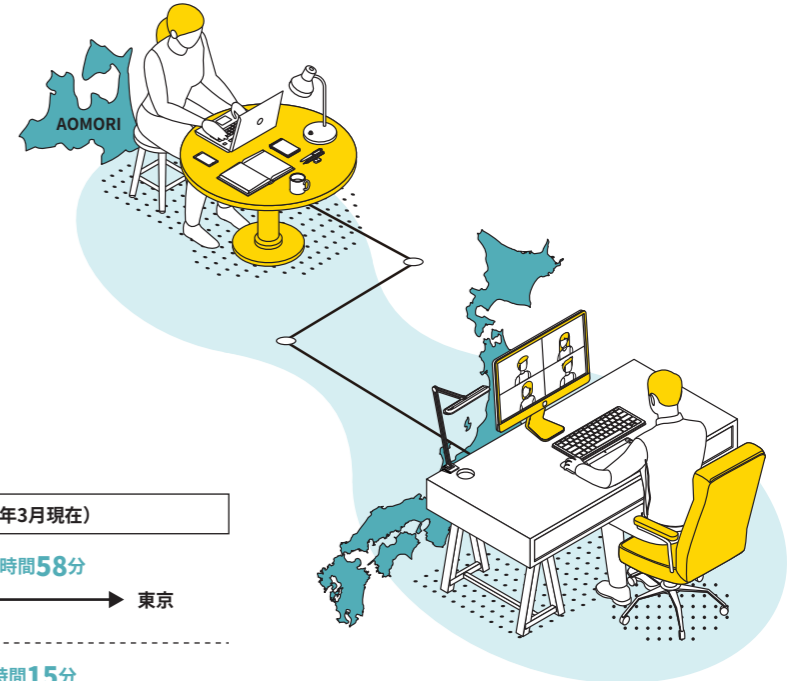


出典:青森県「高校生の就職に関する意識調査結果(2018年)」

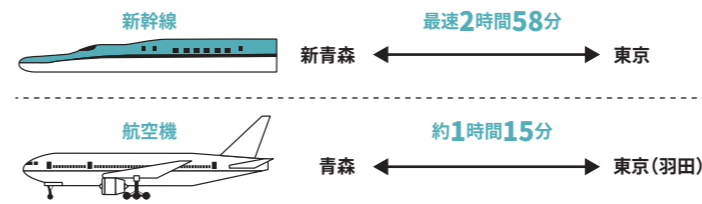
# P05 都会と地元ってそんなに違う？

## 本編サマリー

本州最北端に位置する青森県は、その「地理的ハンデ」から昔は最果てのイメージがありましたが、現在は交通網の発達で東京も日帰り圏内になり、「**時間的距離**」は随分縮まっています。また「**情報格差**」という面でも、ITの進化で全国どこにいてもリアルタイムで情報のやりとりができる時代になり、**都会と地方の格差は解消されつつあります**。むしろ「**テレワーク**」の普及や「**ワークライフバランス**」の見直しで、働き方や人生の価値観が大きく変わりつつある今、**自然豊かな地方で暮らすことに注目が集まっています**。

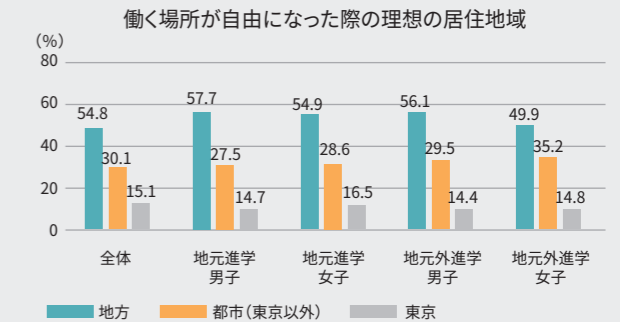
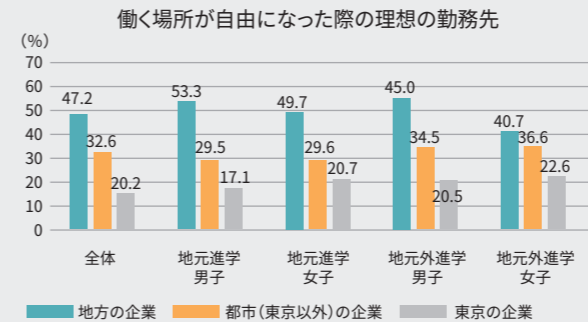


現在の青森～東京間のアクセス(令和3年3月現在)

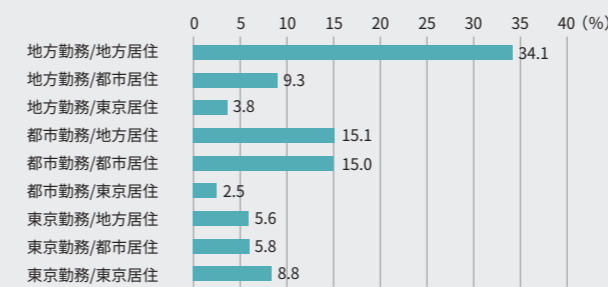


## 補足情報

### テレワークやリモートワークの普及で変わる勤務先・居住地域の理想



### 働く場所が自由になった際の勤務先・居住地域の理想(全体)



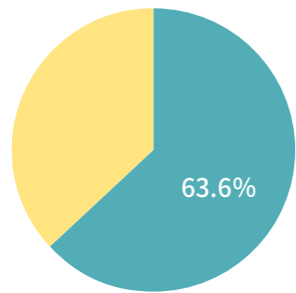
※都市=東京以外

出典:(株)マイナビ「マイナビ2021年卒 大学生Uターン・地元就職に関する調査」(2020年)

- 「働く場所が自由になったら」という前提で、大学生に尋ねた上のアンケートによると、**地元の大学に進学した人も、地元外の大学に進学した人も、男女を問わず多くの人が「地方で勤務」することを望んでいます**。
- また居住地域に関しても「**地方に住む**」ことを希望する人が多くなっています。
- 勤務先/居住地域の理想も「地方で働き、地方で暮らす」スタイルが一番理想的**という結果になりました。
- テレワークの普及により働き方が大きく変わりつつある今、地方で働き、地方で暮らすことに対する関心が高まっています。

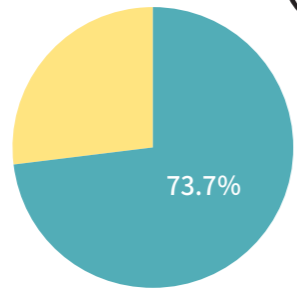
## P07 みんな青森好き？

住んでいる地域が「暮らしやすい」「どちらかといえば暮らしやすい」と感じている人の割合



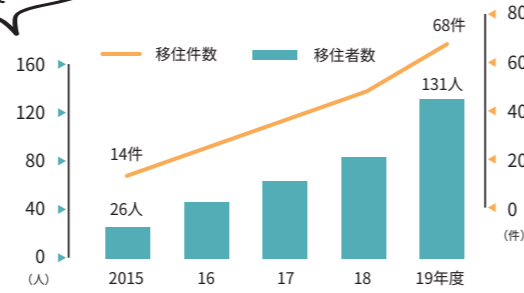
出典：青森県「青森県民の意識に関する調査(2018)」

現在の居住地に「住み続けたい」「県内の他地域へ移りたい」と感じている人の割合



・20~40代が9割  
・Uターンが5割  
・家族での移住が多い

本県への移住件数と移住者数の推移



出典：あおり移住・交流推進協議会公表資料

### 本編サマリー

青森県が2018年に行った県民意識調査によると、多くの県民が概ね青森県の暮らしに満足しているほか（「暮らしやすさ評価」「今後の居住意向」）、本誌を制作する際に実施した高校生のアンケートでも、全員が「青森県が好き」と回答していることを見ても、青森県民の愛着は強いことがうかがえます。

また青森県に移住する人も年々増加傾向にあり、2019年度は過去最高を記録。そのうちUターンが5割を占めており、一度外に出たからこそわかる青森県の良さは、青森県に暮らしている私たちにも大いに参考になるかもしれません。

### 補足情報

- ふるさとへの愛着が強い青森県民でも、改めて青森県のどこが好き?と聞かれると、慣れ親しんでいる分、言葉では言い表わしにくいかもしれません。
- そこで本編のチャットのように「ここが好きだよ!青森県」といったテーマを設定し、クラス全員で自由にディスカッションしてみるのはいかがでしょうか。
- それはきっと、当たり前過ぎて気づかなかった青森県の良さを再認識するいい機会になるはずですよ。
- その際、UターンやIターンで青森県に移住してきた人たちの声は、県内と県外、両方の暮らしを体験している点で、とても参考になります。
- 青森県移住・交流ポータルサイト「あおり暮らし」(右)では、そんな人たちの視点から見た青森県の良さや価値を知ることができます。ディスカッションを活発にするための教材として、ぜひ活用してみてください。



青森県移住・交流ポータルサイト  
「あおり暮らし」  
<https://www.aomori-life.jp/>

## P11 県外の友だちが遊びに来たらどこ案内する？

魅力度ランキング(47都道府県)

1位	北海道
2位	京都府
3位	沖縄県
...	...
14位	青森県

出典：(株)ブランド総合研究所  
「地域ブランド調査2020都道府県ランキング」

本県の外国人延べ宿泊者数の推移



出典：観光庁「宿泊旅行統計調査」  
※従業員10人未満の施設を含む

台湾人が新型コロナウイルス収束後に  
行ってみたい都道府県ランキング

1位	北海道
2位	東京都
3位	京都府
4位	青森県

出典：(株)ジーリーメディアグループ  
「台湾人が新型コロナウイルス収束後に  
行ってみたい都道府県ランキング」

### 本編サマリー

「白神山地」に代表される豊かな大自然、「青森ねぶた祭」をはじめとする熱気あふれる祭り、「弘前城の桜」に代表される美しい景観、「三内丸山遺跡」をはじめとする独特の歴史文化。青森県には世界に誇れる地域資源が沢山あります。そんな本県の魅力が認知され、2019年の外国人宿泊者の数は35万人7千人泊を記録。5年前と比較して約5倍の伸びとなっています。また民間の観光情報サイトが調べた、コロナ収束後に行ってみたい都道府県ランキングで、青森県は北海道や京都府に次ぐ4位の人気。今後も観光による地域活性化が期待されます。

また民間の観光情報サイトが調べた、コロナ収束後に行ってみたい都道府県ランキングで、青森県は北海道や京都府に次ぐ4位の人気。今後も観光による地域活性化が期待されます。

### 補足情報

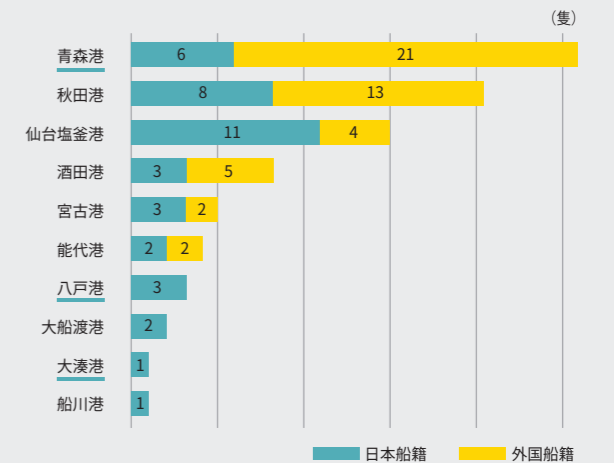
#### ■青森の航空路線



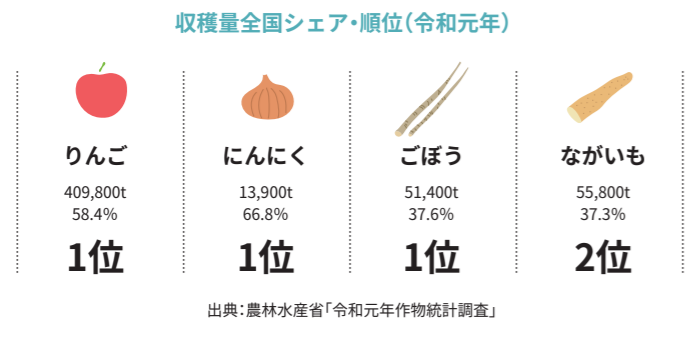
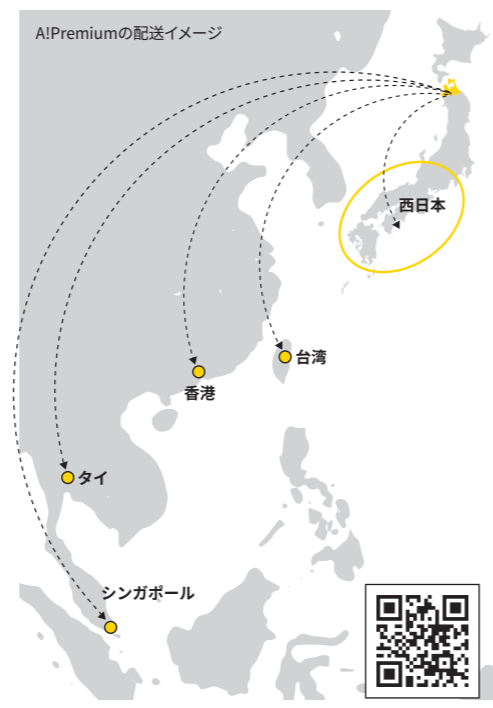
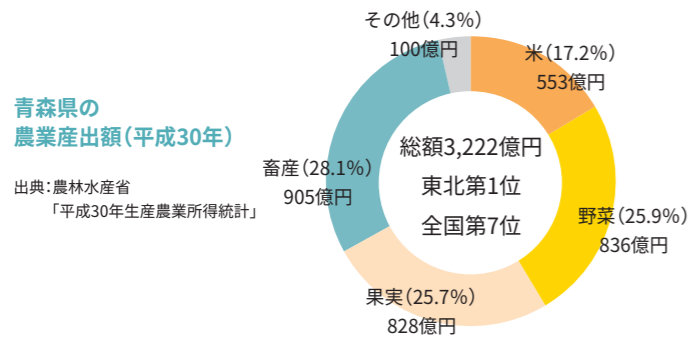
- 現在、青森空港には、東京・大阪・札幌・名古屋・神戸を結ぶ国内5路線と、韓国・台湾を結ぶ国際2路線が就航しています。また、三沢空港には東京・大阪・札幌を結ぶ国内3路線が就航しています。
- 近年ではクルーズ船の寄港も増えており、2019年に青森港に寄港したクルーズ船は27隻と、東北最多となっています。
- クルーズ旅行の口コミ・予約サイトを運営する(株)クルーズマンズが発表した「世界の寄港地ランキング」(2019年2月)で、青森港は世界4位にランクイン。海外から見ても人気の寄港地となっています。

#### ■増えるクルーズ船の寄港

東北管内クルーズ船寄港実績(2019年)



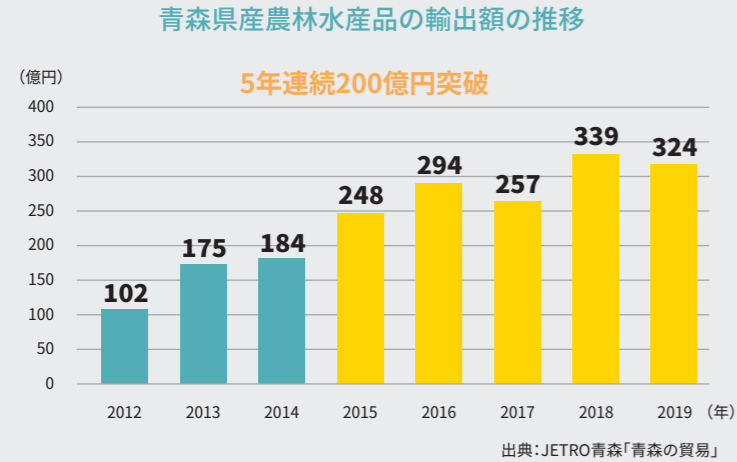
# P13 青森の特産品と言えば？



**本編サマリー** 「りんご」や「はたて」に代表されるように、青森県は農林水産業が盛ん。農業産出額は15年連続東北1位をキープしており、全国シェア上位を占める農林水産品が数多くあります。また最近では新銘柄米「青天の霹靂」をはじめとするブランド商品の開発も盛んで、さくらんぼの「ジュノハート」や県産大型

ニジマスの「青い森紅(くれない)サーモン」など、付加価値の高い産品が続々登場しています。そんな青森県産品の美味しさを、より多くの人に新鮮なうちに味わってもらうために開発した、トラック輸送と航空輸送を組み合わせた流通サービス「AI Premium」により、アジア圏にも最短翌日配送が可能になっています。

## 補足情報

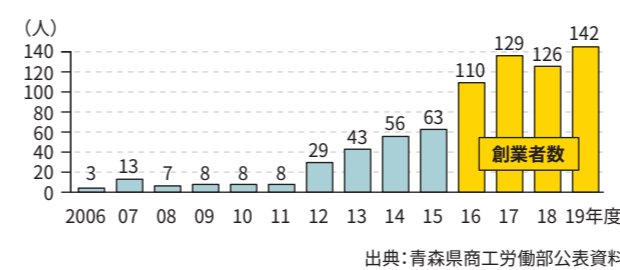


- 上のグラフのように青森県の農林水産品の輸出額は5年連続200億円超え。
- AI Premiumのおかげで、西日本へ翌日午前までに青森県産品を配送することが可能になり、国内の消費も拡大。近年では、青森県産品のみを取り扱った飲食店が、関東や関西に登場しています。



# P15 いつか自分の会社を作りたいとか、考えたことある？

## 県内の創業支援拠点を利用した創業者数と新規利用者数

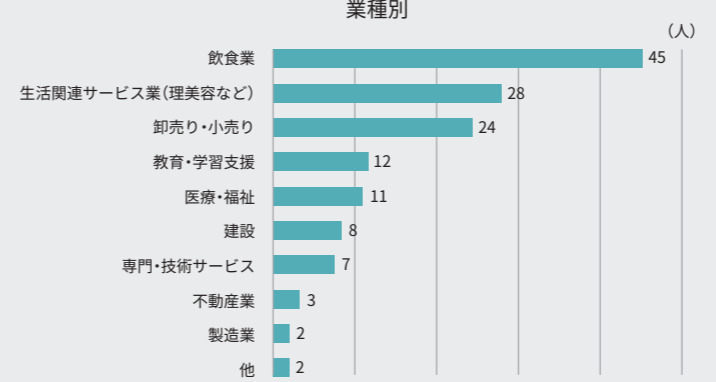
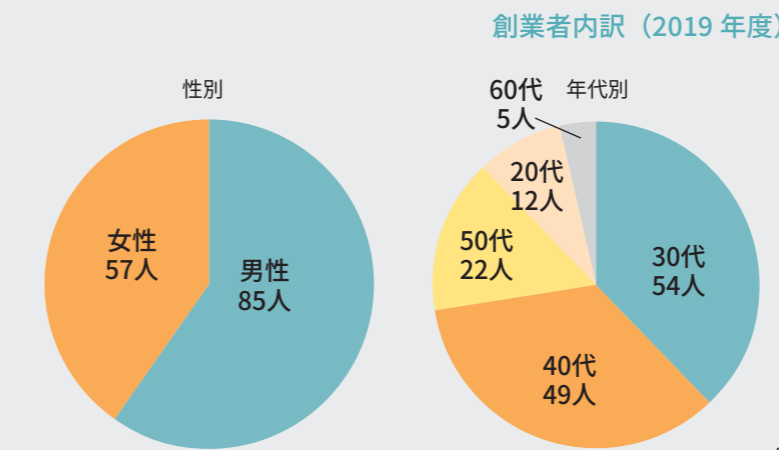


**本編サマリー** 高校生にはまだピンとこないかもしれませんが、どこかに勤めてお給料をもらうという働き方以外に、自分で新しく事業を興すという働き方もある一ということは将来の選択肢のひとつとして覚えておいた方がいいでしょう。青森県の創業者数は年々増えており、県の創業支援拠点を利用して創業した人の数は4年連続で100人超。2019年度には142人が創業しています。業種的には飲食、理美容、雑貨系が多く、年代的には30~40代がメイン。起業する女性も多いです。



女性の創業・起業を応援！ あomorい女性UIターン創業サポーターズ「あomorいフルール」

## 補足情報



- 2019年度に県内の創業支援拠点を利用して創業した人の内訳は左のグラフの通り。様々な業種で創業・起業している人がいることがわかります。
- また2019年度の創業者142人のうち、17人がUIターンによる創業者となっています。
- 県ではそんなUIターンによる創業者たちの体験談をまとめた冊子を制作しました。
- このような体験談を通じ、働き方の一つの選択肢として、創業・起業という道があるということ、そして様々なサポートのある青森でなら、自分の夢を叶えることが可能となっています。

## P17 仕事を選ぶ時、重視することって何？

通勤時間が短い

全国 **6** 位

働いている人の自宅から勤務先まで  
(平日1日あたりの平均往復通勤時間)

神奈川県 > 全国 > 青森県  
110分 > 平均82分 > 59分

出典：総務省「平成28年社会生活基本調査」

通勤コストが安い

全国 **2** 位

年間1人当たりの通勤コスト

東京都 > 青森県  
1,004,000円 > 339,000円

※出典：内閣府「地域の経済2017—『地域の稼ぐ力を高める』—」

※「地域の経済2017」(内閣府)では、各都道府県の平均通勤時間に平均時給をかけて通勤による機会費用(通勤コスト)を算出しています。

※総務省統計局「平成23年社会生活基本調査」の結果を元に算出し、千円単位で切り上げを行っています。

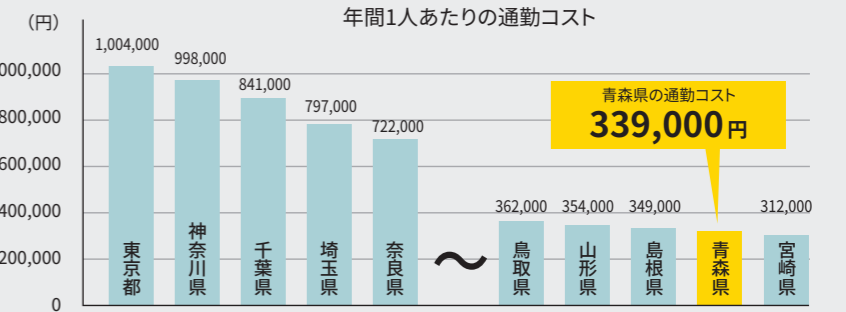
## 補足情報

通勤コスト

青森県の通勤コストは  
全国で2番目に低く  
もっとも高い東京都との

差はなんと！

約 **67** 万円 / 年



都道府県別待機児童数(令和2年4月1日時点)

待機児童数	都道府県
0人(10)	青森県、山形県、富山県、石川県、福井県、山梨県、岐阜県、鳥取県、島根県、長崎県
1人以上～100人未満(19)	岩手県、秋田県、栃木県、群馬県、新潟県、長野県、三重県、京都府、和歌山県、広島県、山口県、徳島県、香川県、愛媛県、高知県、佐賀県、熊本県、大分県、宮崎県
100人以上～500人未満(12)	北海道、宮城県、福島県、茨城県、神奈川県、静岡県、愛知県、滋賀県、大阪府、奈良県、岡山県、鹿児島県
500人以上～1,000人未満(1)	千葉県
1,000人以上(5)	埼玉県、東京都、兵庫県、福岡県、沖縄県

※( )内は都道府県の数

都道府県別家賃

家賃の高い都道府県ランキング  
(一畳あたりの家賃・間代:円)

1	東京都	5,128
2	神奈川県	3,898
3	京都府	3,282
4	埼玉県	3,276
5	大阪府	3,227

家賃の安い都道府県ランキング  
(一畳あたりの家賃・間代:円)

1	青森県	1,882
2	宮崎県	1,972
3	北海道	2,016
3	秋田県	2,016
3	鹿児島県	2,016

平成30年住宅・土地統計調査より

## P19 将来家庭を持ったら青森に住みたい？

子どもを預けられる

全国 **1** 位

待機児童数

東京都 > 全国 > 青森県  
2,343人 > 平均 > 0人  
264.7人

出典：厚生労働省「保育所等関連状況とりまとめ」  
(令和2年4月)

認定こども園が多い

全国 **1** 位

認定こども園認可・認定件数  
(0~5歳人口1万人あたり)

全国平均 < 青森県  
13.3箇所 < 56.3箇所

出典：内閣府「認定こども園の数について」  
(令和2年4月)

延長保育が充実

全国 **1** 位

延長保育実施施設数  
(6歳未満の子どもがいる一般世帯千世帯当たり)

全国平均 < 青森県  
3.9施設 < 10.4施設

出典：厚生労働省「平成29年度社会福祉施設等調査」

## P21 マイホーム建てるならどこ？どんな家にする？

家賃が安い

全国 **1** 位

家賃(1畳あたり)

全国平均 > 青森県  
3,074円 > 1,882円

出典：総務省「平成30年住宅・土地統計調査」

住宅地が安い

全国 **2** 位

住宅地の平均価格(1㎡あたり)

東京都 > 青森県  
378,100円 > 16,100円

出典：国土交通省  
「令和2年都道府県別地価調査」

**本編サマリー** 仕事と生活の調和を意味する「ワークライフバランス」。青森県には、そんな仕事と生活の調和がとれた人生を送るための、恵まれた環境が整っています。**短い労働時間・通勤時間**でプライベートの時間も満喫できる「労働環境」、**待機児童ゼロで延長保育も充実**し、安心して仕事と

子育てが両立できる「子育て環境」、**家賃や住宅地の安さ**で、暮らしのゆとりが持てる「住環境」と、青森県はまさに「ワークライフバランス」のとれた人生を送るにはぴったりの場所。就職したての頃はどうしてもワーク中心の生活になりがちですが、充実した人生を送る上では、ワークand ライフの視点を持つことが大切です。

## 青森県と東京圏の収支比較

収入

※世帯ごとの可処分所得※月額

青森県	340,994 円
東京圏	420,317 円

支出

※世帯ごとの消費支出合計

青森県	260,726 円	衣食住関係90,003円 水道光熱費等69,760円 日用品・趣味関係27,343円	保健医療9,392円 教育11,422円 その他消費支出52,808円
東京圏	331,083 円	衣食住関係115,953円 水道光熱費等72,267円 日用品・趣味関係43,710円	保健医療12,589円 教育25,880円 その他消費支出60,687円

収支差額

青森県	約 8 万円
東京圏	約 8 万 9 千円

出典：総務省「平成26年度全国消費実態調査」※東京圏・・・東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県。上記数値は1都3県の平均値から算出。  
※消費支出の内訳については、食料・住居・被服及び履物をまとめて「衣食住関係」として合算する等の処理を行っている。  
※金額は表示単位に四捨五入してあるので、内訳の計は必ずしも一致しない。

- 仕事も、子育ても、住まいも、先立つものは「お金」。確かに収入だけで比較すると、東京圏が青森県を約7万9,000円上回っています。
- 一方で支出については、東京圏の方が青森県より約7万円多い結果に。
- つまりトータルで見ると、その差は約9,000円。それほど大きな差はありません。
- このように収入と支出の観点でみると、都会暮らしや地方暮らしのメリット・デメリットをイメージしやすくなります。
- 進路を考える上では、このような情報を元にしながら、自分の将来の暮らしや家計についてもできるだけシミュレーションすることが大切です。

## P25 就職先を選択する時、どんな情報が欲しい？

**本編サマリー** 青森県では県内就職を希望する人たちに役立つ様々な情報を提供しています。高校生や大学生におすすめなのは**県公式就活アプリ「シューカツアオモリ」**。青森県内の企業情報や求人情報、就活イベントなどの情報がスマホで気軽にチェックできます。青森県内外約200社の企業情報が一冊でま

とまった**「青森県企業ガイドブック」**では、先輩社員の声を通じて企業のリアルな魅力が分かります。また**県外大学生の県内就活時の交通費支援や、県外大学等との連携協定による就活支援**など、県外の大学に進学した人の県内就職を支援するサポート態勢も充実しています。

### 県公式就活アプリ「シューカツアオモリ」



- 高校生や大学生をターゲットに企業情報や求人情報、就活イベント等の情報を定期的に配信
- ダウンロード無料、登録不要で気軽に利用できます
- 県内外の様々なお店で使えるお得なクーポンもついています



### 青森県企業ガイドブック 2021



- 県内企業の情報や就職活動のポイント等を分かりやすくまとめたガイドブック
- 青森県内外約200社の企業情報がこれ一冊で！
- 先輩社員の声など、掲載企業のリアルな魅力が伝わる！

電子データ掲載ページ▶



### 県外大学等、19校との連携協定（青森県）

#### 主な連携・協力内容

- ・県内企業等への学生インターンシップ受入
- ・学内で行う合同企業説明会で県内企業の情報提供
- ・保護者向けUIJターン就職セミナーの開催など



その他にも、青森県で暮らし、働いてもらうことをイメージしてもらうため、県では様々なウェブサイトや冊子を制作しています。

#### 青森県公式就職情報サイト Aomori Job



<https://aomori-job.jp/>

Aomori Jobでは、青森県へUIJターン就職を考えている人を支援するため、県内企業の採用情報やインターンシップ情報等を提供しています。

#### みらいボイス



<https://miraivoice.jp/>

魅力ある県内企業と、そこで活躍する若手社員のリアルな声を通じて、青森県で働き、暮らす楽しさを動画で紹介しています。

#### 産業・業種別の魅力発信



「薬剤師」や「建設業」といった、特定の産業や業種にフォーカスした仕事情報も冊子や動画などで発信しています。

※左：「高校生の今から考える薬剤師という専門職への道」（高校2年生向けパンフレット）右：建設業PR動画「げんばBEAT」

## ワークシートについて

- 「あおり魅読BOOK」の巻末に載っているワークシート「私のLIFE PLAN」は、本編を通じて学んだこと・感じたことを、自分の人生に置き換えて考えてもらうためのものです。
- 5年後、10年後、20年後...自分はこれからどういう人生を歩んでいきたいか？ワークシートを記入していくことで、ぼんやりしていた未来が少しずつイメージでき、「今、何をすべきか」が明確になってくるはずです。
- なりたい職業が思い浮かばないという生徒には、参考として下記のような仕事の分野をいくつか挙げて、「いま興味がある分野」を選んで考えてみるようアドバイスしてください。
- ワークシートをコピーして、進路指導などの授業や夏季休業の前後、またはインターンシップ実施前後にそれぞれ記入してもらい、自分の考えの変化を確認するという使い方もできます。
- ワークシート単体の電子データを県庁HPにも掲載していますので、適宜ダウンロードして活用してください(検索ワード:あおり魅読BOOK)。

- コンピュータ・WEB・ゲーム
- 機械・電気・化学
- 自動車・航空・船舶・鉄道・宇宙
- 建築・土木・インテリア
- 動物・植物
- 環境・自然・バイオ
- 医療・歯科・看護・リハビリ
- 福祉・介護
- 美容・理容・メイクアップ
- 食・栄養・調理
- 教育・保育・子ども
- 健康・スポーツ
- ビジネス・経営
- 語学・国際
- 公務員・政治・法律
- 旅行・ホテル・ブライダル・観光
- ファッション
- デザイン・芸術・写真
- マスコミ・芸能・アニメ・声優・漫画

# 私の<sup>ライフプラン</sup>LIFEPLAN

冊子の内容を参考にして、将来をイメージしながら  
ライフプランシートを記入してみましょう。

氏名 \_\_\_\_\_

参考頁 P16・24

## Q1. 将来、どんな仕事・職業に就きたい?

生徒が記入に困っているようなら、  
保護者や親戚がどんな仕事・職業に  
就いているか聞いてみましょう。

また、やりたくないこと、苦手なことから  
仕事・職業を絞り込む方法もあります。

- ※ ひとつに絞り込まなくてもOK。  
気になっている仕事・職業を思いっ限り書いてみましょう!
- ※ 具体的にイメージできなくても大丈夫。  
自分の好きなことや得意なこと、興味があることを書き出してみましょう!

参考頁 P16・24

## Q2. その理由は?

「なんとなく」という答えが出るかも  
しれませんが、その際は、その仕事・  
職業のイメージなどを掘り下げて  
聞いてみましょう。

- ※ その仕事や職業を、なぜ目指すようになりましたか?  
過去の経験や出来事、影響を受けた人物などを思い出してみましょう!

参考頁 P18

## Q5. 将来、働く上で重視したいことは?

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> やりがい             | <input type="checkbox"/> 仕事を通して社会貢献できる |
| <input type="checkbox"/> 大手有名企業である        | <input type="checkbox"/> 給与の高さ         |
| <input type="checkbox"/> 県内であること          | <input type="checkbox"/> 県外であること       |
| <input type="checkbox"/> 資格が取得できる         | <input type="checkbox"/> 福利厚生制度        |
| <input type="checkbox"/> プライベートと両立できる     | <input type="checkbox"/> 職場の人間関係       |
| <input type="checkbox"/> テレワークができる        | <input type="checkbox"/> 海外との交流がある     |
| <input type="checkbox"/> 様々な年齢、性別、国籍の人がいる |  |
| <input type="checkbox"/> 長く働き続けられる仕事かどうか  |  |
| <input type="checkbox"/> その他( )           |  |

いくつかチェックを入れてもOKです。  
その中から特に重視したいものを3つ並べてもらったり、  
その項目を選んだ理由を聞いてみたりしてください。

参考頁 P04

## Q3. その仕事や職業に就くためには、 高校を卒業後、どんな進路を選択する?

青森県内・県外( )で、  
就職・進学・その他( )

留学する人や家業を継ぐ人も  
いるかもしれません。

必要な資格や免許、具体的な大学・学科名をイメージできていたら  
書き出してみましょう!

参考頁 P09・10

## Q4. なぜ、そこで就職もしくは進学するの?

「〇〇での暮らしに憧れるから」  
というライフスタイルに関する  
答えもあるかもしれません。

- ※ 学びたいことや職種によっては、学ぶ場所・働く場所の候補が限られて  
くることがある。「そこで」じゃなければいけない理由について、考えてみましょう!

参考頁 P09・10・24・25

## Q6. 将来の仕事・職業に就くために、 今、あなたができることは?

今の行動の積み重ねが将来を  
つくります。早いうちから、  
将来の自分の姿をイメージし、  
それを実現させるための道すじを  
描くよう働きかけてください。

- ※ 勉強や部活動を頑張ってみたり、地域ボランティアや趣味に励んだり、会社や  
大学のことを調べたり...。できることは意外にたくさんあるかも!
- ※ 何をしたらいいのか迷ったときは、思い切って友達やご家族、先生といろいろ  
と話し合うのもひとつの手です。

参考頁 P20

## Q7. 結婚や子育てに対するイメージは?

### 結婚のイメージ

現在は結婚や子育てに対して様々な  
価値観があります。大切なのは、  
生徒自身が自分の考えを整理して  
イメージを持つことです。

将来、結婚 したい・したくない

### 子育てのイメージ

将来、子どもを

持ちたい( )人・持ちたくない

将来、子育てするなら

県内・県外( )

その理由は?

- ※ 子育てをイメージする際は、その地域の待機児童の状況や、子どもを遊ば  
せられる安全環境があるかどうかという点にも気をつけてみましょう。

参考頁 P22

## Q8. 将来の住まいのイメージは?

他にも、「今よりも広い家」「庭付きの家」  
「3階建て」など、理想の住まいに関する  
イメージを聞いてみましょう。

- |  |    |     |
|--|----|-----|
| <input type="checkbox"/> 一軒家を建てる( )            | 歳代 | のため |
| <input type="checkbox"/> アパート・<br>マンションで暮らす( ) | 歳代 | のため |
| <input type="checkbox"/> 実家で生活する( )            | 歳代 | のため |

- ※ 家族構成や結婚や子育て、介護などのライフイベントに応じて、  
自分にとっての最適な住まいをイメージしてみましょう。

## Q9. 将来、新しく始めてみたい趣味や 年を取っても続けていきたい趣味は?

趣味が思い浮かばないようなら、  
いつかチャレンジしたいことや、  
達成したことで構いません。

- ※ 仕事だけでなく、息抜きできるような趣味があれば、人生はもっと充実して  
きます。20歳代、30歳代...各年代や生涯を通じて楽しみたい趣味を書い  
てみましょう。

## Q10. 将来、どんな人生を歩んでいきたい?

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代
<b>暮らしている場所</b> 例: 県内で実家暮らし 〇〇で一人暮らし 〇〇へ引っ越し					
<b>仕事・勉強</b> 例: 〇〇を研究、卒業 〇〇に就職 〇〇リーダーになる					
<b>恋愛・結婚・子育て</b> 例: パートナーと暮らす 第一子誕生 小学校入学					
<b>どんな生活を送っているか</b> 例: 両親と子どもと同居 マイホーム購入 青森にUターン					

参考頁 P06・08

参考頁 P18

参考頁 P20

参考頁 P22

全部、埋めてもらう必要はありません。  
イメージしやすいものや、考えていて  
ワクワクするものから埋めてもらうなど、  
自由に楽しく記入するよう生徒に  
伝えてください。