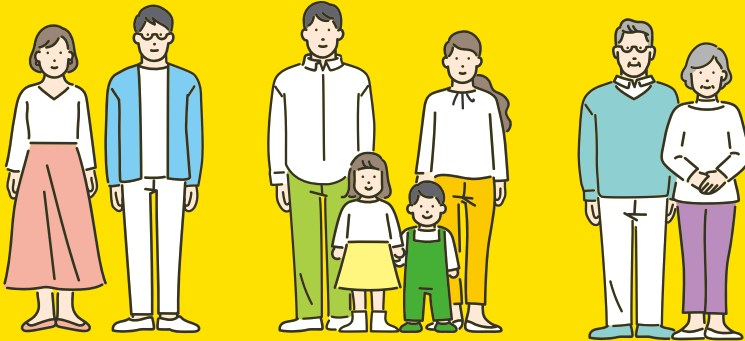




Think! Life Design



「今から未来を」考える
ライフデザインの参考書



群馬県 「今から未来を」プロジェクト2020action

ご挨拶

仕事・趣味・結婚・子育て・自分の夢や生き方。
多様な価値観と選択肢がある時代。
私は、これから何を望み、何を手にするんだろう。
自分たちの未来は自分たちで創る。
だから「今から未来を」考え、問いかける。

この冊子を手にとっていただきありがとうございます。

『「今から未来を」プロジェクト2020action』は

県内の大学生等が主体のプロジェクトチームによる、
少子化対策及びライフデザイン構築支援の企画・実施及び
同世代の若者への情報発信を目的とする事業です。

私たちプロジェクトチームは「ライフデザイン」の大切さを
同世代の若者に知っていただくための活動をしています。
2021年2月、ライフデザイン構築支援事業の一環として、
県内の学生と、ワークライフバランスなどに積極的な
県内企業の社員の方との交流プログラムを開催しました。

今回、若者のライフデザイン構築のための本プログラムに
ご協力いただける企業を探し、
掲載の5社にご理解と多大なご協力をいただきました。
プログラムでは、社員様へのインタビューを通して、
学生に様々な働き方や生き方をロールモデルから学んでいただきました。

本冊子は、学生が交流プログラムで学んだ社会人のリアルについて、
ワークライフバランスにフォーカスしてわかりやすくまとめたものです。
様々な人の生き方働き方を知ることで、若者の将来への不安を取り除き、
自分の将来を具体的に考えられるようになることを目的としています。

多様な価値観と選択肢がある時代、生き方は十人十色です。
私たちはどんな人生を歩むのでしょうか。
「今から未来を」考えてみませんか。

学生が質問！

ワーク

&

社会人のリアルな生活とは？

ライフインタビュー！

働くだけではない、生活も含んだライフデザイン(人生設計)。
若者に生きたライフデザインを学ぶ場をつくるため、
学生と社会人とのオンライン交流プログラムを企画。

2021年2月、県内企業5社のご協力のもと
社員様へ学生によるインタビューを実施。
社会人の仕事、結婚・子育てなどの私生活、人生観や、
今若者に伝えたいことなど、
学生が若者の視点で聞いたインタビューをまとめました。
これを読めば社会人のリアルがまるわかり?!
さまざまな「生き方・働き方」を知って、
自分の「ライフデザイン」に生かそう!



contents

- 02 ①高崎経済大学1年(K.Sさん)がインタビュー → 株式会社群馬銀行(T.Kさん)
『部署異動で感じた仕事のやりがい～仕事と子育ての時間配分の大切さ～』
- 04 ②高崎経済大学1年(H.Hさん)がインタビュー → 株式会社原田(M.Aさん)
『一人の人生から二人の人生に～自身のキャリア×夫婦のライフプラン～』
- 06 ③共愛学園前橋国際大学2年(K.Hさん)がインタビュー → 株式会社両毛システムズ(K.Hさん)
『人生は選択の連続～「価値観」の理解が選択の幅を広げる～』
- 08 ④共愛学園前橋国際大学2年(A.Mさん)がインタビュー → 株式会社ミツバ(T.Aさん)
『結婚生活で気づいた～母親の偉大さ、夫という存在の頼もしさ～』
- 10 ⑤群馬県立女子大学4年(I.Sさん)がインタビュー → ティースリープライダルオフィス(T.Tさん)
『44歳で起業～あらたなことに挑み続ける大家族パパ～』

部署異動で感じた仕事のやりがい 仕事と子育ての時間配分の大切さ

インタビュー
学生



高崎経済大学
地域政策学科
1年 K.Sさん

思い描くライフデザイン
「30歳までに結婚し、
2児の父」

答えてくれた社会人の先輩

株式会社 群馬銀行

人事部 T.Kさん



- ▶ 仕事内容:総務厚生/銀行員全体の年末調整や社会保険等の手続き
- ▶ 夫と3歳の娘の3人家族。夫が単身赴任のため平日は娘と2人暮らし。
- ▶ 趣味は娘との毎日の暮らしと週末の家族でのドライブ。

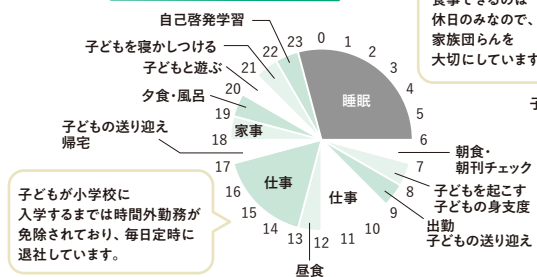
T.Kさんの人生ストーリー

- 20歳** 短大卒業後、就職(群馬銀行、渋川中央支店、営業係)
- 25歳** 渋川支店へ異動、渋川中央支店と合わせて9年間営業係で窓口等を経験
- 29歳** 人事部に異動
- 34歳** 金古支店、前橋支店、高崎東支店に勤務
- 38歳** 前橋支店の時、結婚
- 42歳** 資産形成サポート部へ復職
- 41歳** 高崎東支店の時産休、育休取得
- 45歳** 2020年に現在在籍の人事部へ異動

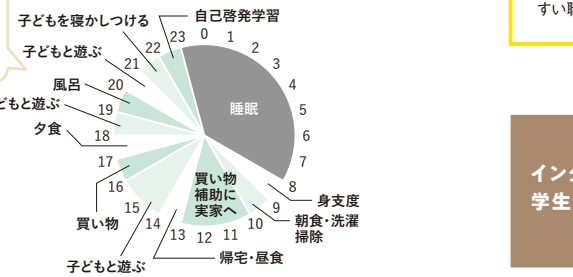
現在は、上位資格取得を目指す

T.Kさんのある一日

平日のスケジュール



休日のスケジュール



LIFE

結婚をするまで生活の8割は仕事でしたが、出産後は子ども中心の生活に。復職してすぐの頃は子どもの体調が安定せず会社を早退、休んだりすることも多かったのですが、産休・育児制度や、職場の子育てへの協力的な雰囲気があり、とても助かりました。

WORK

さまざまな支店勤務や本部での勤務を経験。異動のたびに経験がゼロに戻るような焦りや不安もありましたが、窓口で「あなたに相談してよかった」とお客様に言われるやりがいや、人事部で社員を支える意義など、変わるからこそ気づける良さを実感しています!

T.Kさんから「今から未来を」

▶ 考える若者たちへのメッセージ

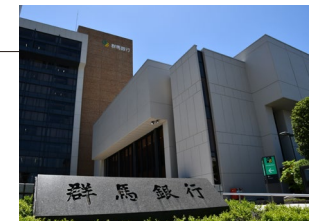
「学生のうちに いろいろなことを経験してください」

社会人になると忙しくなり、自由な時間がとりづらくなります。自由な時間がある学生のうちに将来のための資格取得や旅行など、多くの経験を積むことが大切です。また、学生の時にアルバイトをすることも有益だと思います。アルバイトの経験は、学校では習えない様々な事を学ぶことができ、今後社会人として働くうえで大いに役立つはず。最後に、人生設計を早めに描くと良いと思います。タイミングは人それぞれだと思いますが、若い時に将来について計画し、行動を始めることで人生の幅が広がると思います。



T.Kさんの企業紹介

- ▶ 企業名 / 株式会社 群馬銀行
- ▶ 業 態 / 銀行業
- ▶ 所在地 / 群馬県前橋市元総社町194



私たち群馬銀行は、仕事と家庭を両立させ、能力を最大限に発揮できる環境を整え、より多くの分野で活躍できるよう人材の育成や配置を積極的に行っています。妊娠・出産・育児といったライフイベントを迎える行員が安心して働けるよう育児休業制度の他、育児サポート手当(第2子20万円、第3子100万円、第4子以降200万円支給)やチャイルドプラン休暇(不妊治療を行うときに取得)、配偶者出産休暇など当行独自の制度も充実させています。今後も行員一人ひとりが働きやすい職場を目指して取り組んでいきます。

インタビュー 学生コメント

今まで、自分の将来についてはなんとなく考えていただけで、実際に行動をしたことはありませんでした。しかし、今回T.Kさんのお話を聞き、学生のうちに何をしたら良いかなど、将来について考えるきっかけになりました。社会人になると、学生のように時間がとれなくなってしまうとお聞きしたので、自由な時間の多い学生のうちにとれる資格は取得して、社会人になった時に少しでも自分が働きやすくなるように早めに準備していきたいです。また、社会人は長期間の休みが取りにくいそうなので、学生のうちにさまざまな場所へ行き、多くの経験をしたしたいと思います。現在は、新型コロナウイルス流行により行動が制限されていますが、収束したらいろいろな場所を訪れたいと感じました。

「一人の人生」から「二人の人生」に 自身のキャリア×夫婦のライフプラン

インタビュー
学生

高崎経済大学
地域政策学科
1年 H・Hさん
思い描くライフデザイン
「23歳で結婚、3児の母」



答えてくれた社会人の先輩

株式会社 原田
ガトーフェスタ ハラダ

生産管理部 購買課 M・Aさん



- ▶ 仕事内容:工場で使用資材、原材料の発注業務/在庫管理業務/取引先との商談/メーカー視察/業務改善活動
- ▶ 職場結婚の夫と2人暮らし
- ▶ 趣味は旅行、友人との飲み会、献血、ボイ活、YouTube、ゲーム

M・Aさんの人生ストーリー

- 22歳** 大学卒業後、就職(株式会社原田・生産部)
- 24歳** 旦那さんと交際開始
- 25歳** 旦那さんと同棲開始
- 26歳** 結婚、部署異動(生産管理部・管理課)
- 27歳** 部署異動(生産管理部・購買課)、現在に至る

LIFE

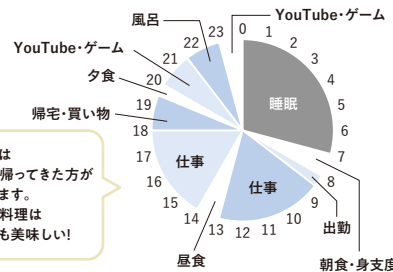
結婚前後で大きな心境の変化はありませんでしたが、結婚式で「二人で幸せにね」と祝福されたときに「これからは二人で生きていくんだな」と実感しました。今までは自分一人だけの人生だったのが、二人の人生になったと実感した瞬間でした。

WORK

自身の業務内容やキャリアプランを相談する制度を活用し、部署異動の機会を頂きました。今は「早く仕事を覚えたい、もっと成長したい!」という気持ちが大いです。なので、将来子どもを授かったら、育休は旦那さんにとってもらいたいと考えています。

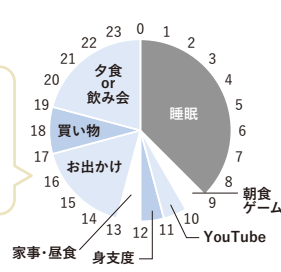
M・Aさんのある一日

平日のスケジュール



夕食は先に帰ってきた方が作ります。夫の料理はどれも美味しい!

休日のスケジュール

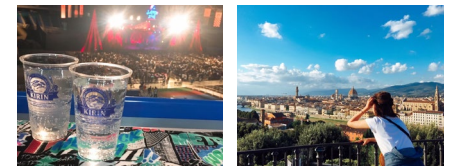


夫婦そろって朝が弱いので、活動開始はちょっと遅め(笑)最近では住宅展示場を見て回ったりしています。

M・Aさんから「今から未来を」 考える若者たちへのメッセージ

「社会人は楽しい! 学生時代の経験が これからの人生の土台になる!」

社会人になると、さまざまな困難に直面し、悩むこともありますが、社会人は楽しいです! やりがいのある仕事や仲間と過ごす充実した時間、また、学生時代よりも経済的な余裕ができるので、行動の選択肢も広がります。10代20代の方々には「目標」をもって頑張ってください。「目標」があることでやりがいや、楽しいと思える気持ちが高まると思うからです。また、学生のうちにたくさん遊んで勉強してください。勉強が直接仕事に役に立つことは少ないかもしれませんが、勉強を通して得た「経験」がこれからの人生に役立つと思います。その土台作りが学生時代であると思うので、さまざまなことに挑戦して、頑張ってください。応援しています。



M・Aさんの企業紹介

- ▶ 企業名 / 株式会社 原田・ガトーフェスタ ハラダ
- ▶ 業 態 / 食品・洋菓子の製造及び販売
- ▶ 所在地 / 群馬県高崎市新町1207

ガトーフェスタ ハラダでは、全従業員が働きやすくやりがいを感じられる職場づくりを目指し、休暇制度、各種相談窓口、女性の活躍推進、福利厚生、研修、表彰制度等に力を入れております。【家庭の事情にも配慮し「長く働く」を実現】女性特有のライフイベントを踏まえた福利厚生の充実。産後復職率は83%。また、時短制度を利用して、仕事と家庭のバランスを取っています。【「気持ち良く、楽しく働く」ための制度】工場での改善活動や店舗売上げ、質の高い接客等を評価する表彰制度を設け、年間優秀表彰を実施しています。



インタビュー 学生コメント

私はまだ大学1年生で、就職やその後の人生についてあまり想像ができませんでした。しかし、M・Aさんのお話を聞き、自分の考えが大きく変わりました。「社会に出て働くこと」「パートナーと一緒に生活すること」で自分自身を高め、成長できるのだと感じました。また、M・Aさんの「社会人は楽しい!」という言葉がとても心に刺されました。社会人になると仕事に追われ、自由な時間が取れなくなると不安に思っていたからです。働くことはもちろん大変ですが、自分で自由に選択できることが増え、自分のやりかた次第で仕事もプライベートも充実できるのだと感じました。今回、自分の未来について考えることができ、大学卒業後の生活がとても楽しみになりました。

人生は選択の連続

「価値観」の理解が選択の幅を広げる

インタビュー
学生

共愛学園
前橋国際大学
国際社会学科
2年 K・Hさん

思い描くライフデザイン
「自分のやりたいことを
全部やり切れる
人生にしたい」



答えてくれた社会人の先輩

株式会社両毛システムズ

社会事業部 K・Hさん



- ▶ 仕事内容: プロジェクトマネジメント/コンサルティング/システム・ネットワーク環境の設計・導入など
- ▶ 職場結婚の奥さんと、1歳と4歳の息子さん2人の4人家族
- ▶ 趣味はサッカー・フットサル、読書、映画・動画鑑賞、将棋、ゲーム、子どもとの時間

K・Hさんの人生ストーリー

- 18歳** 高校卒業後1年浪人し大学へ進学、高校教員になるという夢を追う
- 23歳** 就職(株式会社両毛システムズ)
- 26歳** 入社してきた奥さんに出会う
- 33歳** 結婚
- 35歳** 第1子誕生 **38歳** 第2子誕生
- 36歳** 家を作る **39歳** 現在に至る

LIFE

結婚は「付き合いの延長線上で、大事なイベントの1つ」と思っていて、それを期に関係が変わることはなかったです。自分が感じる結婚の良さは、時間や場所の共有、思い出ができること。思い出を積み重ねているからこそ分かって合える楽しさや喜びがあると思います。

WORK

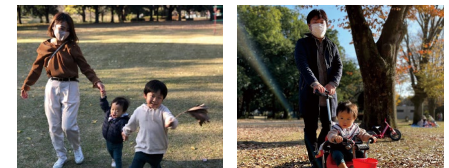
23歳の時、昔から夢だった高校教師か、苦手なコンピューターの世界に挑戦するか悩んだ末、「挑戦」を決意し16年、どちらの選択が正解だったかはわかりませんが、今できることを精一杯取り組めば、後で後悔することはないとわかりました。

K・Hさんから「今から未来を」

▶ 考える若者たちへのメッセージ

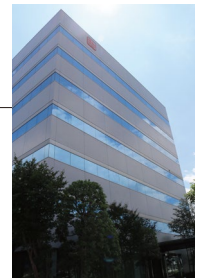
「さまざまな価値観に触れ、自分の世界を広げよう」

仕事で通用するスキルの全てを学生のうちに身につけることには限界があります。個人的には、勉強はほどほどで大丈夫!それよりも若いうちにさまざまな価値観に触れるほうが将来の自分にとってプラスになると思います。社会人の方が時間があるとも考えられます。ビジネスの必要なシーンに間に合えば、資格やスキルの習得は何度でもチャレンジし、何年かけても良いのです。しかし、大学生の期間は4年間しかありません。その間に、旅行や趣味、いろいろなことにチャレンジして自分の世界観や視野を広げてください。いろいろな人と出会って自分とは違う価値観に触れ、さまざまな価値観を受け入れられる人間になって欲しいです。



K・Hさんの企業紹介

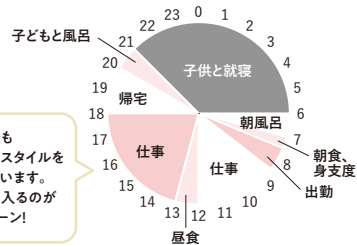
- ▶ 企業名 / 株式会社両毛システムズ
- ▶ 業 態 / 情報・通信
- ▶ 所在地 / 群馬県桐生市広沢町3-4025



私たち両毛システムズは、ICT技術の発展とともに、設立から50年以上、一貫して地域貢献とお客さまの経営課題解決に取り組んでまいりました。社員は「お客さまをわくわくさせるビジネスに積極的にチャレンジし、それにより自らもわくわくする事を大切にしていこう」という企業理念のもと日々活動しております。福利厚生面では、出産・子育てを支援する制度や、介護休暇、病気の際に使用できる特別休暇や傷病手当、有給休暇は1時間単位で取得できるなど、様々な制度があり、利用のしやすい環境が整っています。テレワークの導入、有給の取得率70%以上、直近5年以内で妊娠・出産を機に退職された方がいないなど、個々の様々なライフステージに合わせて安心して働くことができます。

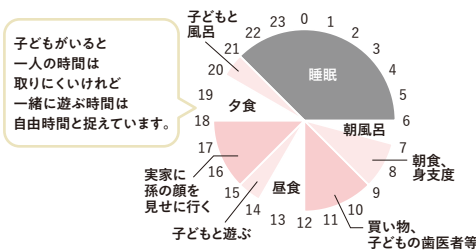
K・Hさんのある一日

平日のスケジュール



出張先でも同じ生活スタイルを心がけています。朝風呂に入るのがルーティーン!

休日のスケジュール



子どもがいると一人の時間は取りにくいけれど一緒に遊ぶ時間は自由時間と捉えています。

インタビュー 学生コメント

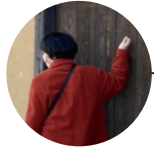
今まで社会人の方と直接話すの機会はあまり無かったので「社会人」のイメージと実際の姿とのギャップに驚きました。ご家族の普段の様子を拝見したり、奥様に結婚や出産、子育てについてお聞きして、漠然としていた結婚や出産・子育てをリアルに感じることができました。また、奥様との関係がお付き合いの時から変わっていないというお話がとても魅力的でした。私は比較的、結婚に消極的だったのですが、お二人の姿を見てとても素敵だなと感じました。会社の制度のお話もお聞きして、自分も将来もしかしたら結婚に意欲的になるかもしれないので、就職の際にはそのような点もきちんと考えることが大事だと勉強になりました。

結婚生活で気づいた 母親の偉大さ 夫という存在の頼もしさ

インタビュー
学生

共愛学園
前橋国際大学
国際社会学科
2年 A・Mさん

思い描くライフデザイン
「ワーキングホリデーに行き世界を見に行きたい。たくさんの人や本に触れて学んで視野を広げたい。定年間際で本を執筆する。」



答えてくれた社会人の先輩

株式会社ミツバ

総務人事部 人事課 T・Aさん

- ▶ 仕事内容: 新卒採用に関する業務
- ▶ 旦那さんと、5歳と3歳の4人家族
- ▶ 趣味はネットショッピング、ダンス



T・Aさんの人生ストーリー

- 18歳 高校卒業 (株)ミツバに入社
- 24歳 旦那さんと出会う(1ヶ月後に付き合う!)
- 27歳 人事課へ異動、結婚(3年目の記念日)
- 28歳 第1子(長女)誕生
- 30歳 第2子(次女)誕生
- 32歳 現在は、会社のグローバル化に合わせ英語資格取得を目指す

LIFE

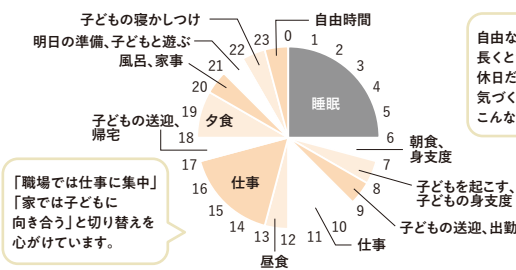
結婚することで、夫という絶対的な味方ができました。なんでも気兼ねなく話せ、忖度なしに意見をくれる存在はとてありがたいです。また、結婚出産を経験する中で自身の母親の偉大さに改めて気づきました。

WORK

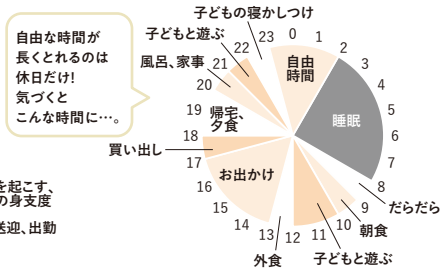
働く中で、どの部署でも女性が活躍できる仕事があると感じています。仕事と子育ての両立はなかなか難しいですが、例えば、子育てをする中でも工夫して自分の時間を作ってリフレッシュしたりして、良いバランスをとりながら仕事と子育てを楽しんでいます。

T・Aさんのある一日

平日のスケジュール



休日のスケジュール



T・Aさんから「今から未来を」

▶ 考える若者たちへのメッセージ

「若いうちに 自分の好きなことに没頭しよう!」

私は20代前半のうちに友達と遊ぶことや旅行など、自分の好きなことをたくさん経験しました。だからこそ「若いうちにこうしとけばよかった」という後悔はありません。10代20代のうちに自分の好きなことに没頭できたからこそ、自分の時間がなかなか取りづらい「子育て」も、悔いなく楽しむことができているのだと思います。学生のうちにしか経験できないことは、多くあります。学生の皆さんには、今の時間を大切に、いろいろな環境に飛び込んで、やりたいと思ったことはたくさん経験してほしいです。また、学べることは全部学んで、自分の中に吸収しましょう!それが将来、自分のためになるはずですよ。



T・Aさんの企業紹介

- ▶ 企業名 / 株式会社ミツバ
- ▶ 業 態 / 輸送用機器
- ▶ 所在地 / 桐生市広沢町1丁目2681



株式会社ミツバは、子育てする女性社員をサポートするため、群馬県内企業では珍しい事業所内保育施設を2007年4月に設立しました。保育施設は会社カレンダーに合わせて運営しており、残業時の延長保育にも対応しています。また、産前産後休暇に加え、子どもが1歳の誕生日を迎える前日まで、育児休暇を取得できる制度や、復職後の育児短時間勤務制度など、社員が安心して子育てしながら働ける環境をサポートしています。また、5年毎に会社から長期休暇と報奨金が与えられる「サバティカル・リープ制度」もあり、多くの社員が家族との旅行や自己啓発、リフレッシュに利用しています。

インタビュー 学生コメント

私は、子どもは好きですが、自分の時間や友人と遊ぶ自由な時間も大切で、自由が無くなってしまいうような結婚や出産・子育てについてあまり積極的に考えられませんでした。しかし、T・Aさんのお話や、お子さんの動画で、自分のイメージが変わりました。それは、結婚すると一人の時間は減るが、協力するパートナーや子どもたちと過ごす幸せな時間が増えることや、子どもと遊ぶ時間も自分の楽しみになることなど、結婚や子育ての良い面を、素敵な笑顔でお話して教えてくれたからです。これからは、他の様々な方にもお話をたくさん聞いて、自分では考えたことのない、いろんな選択肢を知りたいと思いました。

44歳で起業 あらたなことに挑み続ける大家族パパ

インタビュー
学生

群馬県立
女子大学
総合教養学科
4年 I-Sさん

思い描くライフデザイン
「20代には仕事に集中し、
30代には結婚や
プライベートを
楽しみたい」



答えてくれた社会人の先輩

ティースリーブライダルオフィス
T・Tさん

- ▶ 仕事内容:結婚相談/ブライダルプロデュース/
婚活パーティー主催 など
- ▶ 奥さんと、長女11歳、長男9歳、次女7歳、三女4歳、
次男2歳、義理の母の8人家族。
- ▶ 趣味はキャンプ

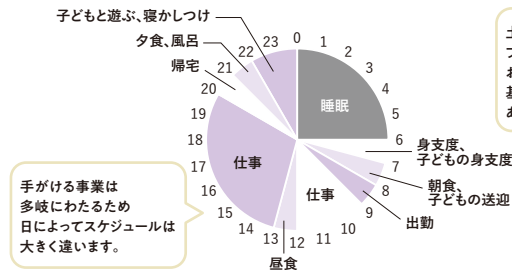


T・Tさんの人生ストーリー

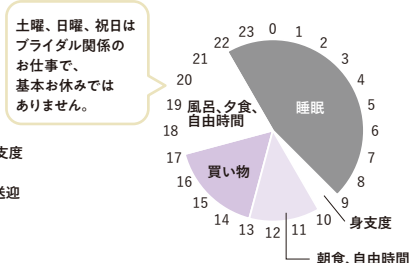
- 19歳 高校を卒業し、埼玉で就職(ホールスタッフ)
- 23歳 昇進 埼玉県所沢市 総合結婚式場主任
- 24歳 体を壊す1年、料理の勉強1年半、土日にはブライダルのお仕事
- 25歳 転職 埼玉県秩父市 旅館 ホテル美やま
- 26歳 フリープランナ、レストランと提携
- 34歳 株式会社五洲園 アメイジンググレイス
- 35歳 結婚
- 40歳 第3子出産
- 44歳 起業
- 36歳 第1子出産
- 41歳 第4子出産
- 48歳 現在は、新事業を構想中!
- 38歳 第2子出産
- 43歳 第5子出産

T・Tさんのある一日

平日のスケジュール



休日のスケジュール



手がける事業は
多岐にわたるため
日によってスケジュールは
大きく違います。

LIFE

8人の大家族は、送迎をはじめ子育てはとても大変ですが、家族の存在はかけがえのない宝もの。年齢幅もあるので別々に過ごすこともあります。食事の時間は全員で食卓を囲みます。家族が多い分、お互いに助け合い、家事を分担しています。

WORK

人とのご縁を大切に、チャレンジを選ぶ人生を歩む。30年間培ったブライダル業界での経験とノウハウをもとに独立し、現在は自身や妻とともに複数の事業を幅広く展開。今はコロナ禍によりガラリと変わった情勢のもと、さらなる新事業を検討中。

T・Tさんから「今から未来を」

考える若者たちへのメッセージ

「早いうちに
自分の人生を計画し、
行動し続けてください」

若いうちに人生について計画することはとても重要です。計画を立てることで自分の夢や目標を認識し、早いうちに行動することができるからです。もちろん、人生は自分が思い描くようにいかないことも多いですし、夢や目標も変わることもあります。そんなとき、あきらめたり、立ち止まるのではなく、もう一度自分の人生を見直し、設計し直し、また新たに行動する。この繰り返しをすることで人生が自分にとって価値のあるものになります。パートナーができた時や子どもができた時に、新しい人生設計を作り共有すると、自分とパートナーの人生を豊かに過ごせると思います。



T・Tさんの企業紹介

- ▶ 企業名/ティースリーブライダルオフィス
- ▶ 業 態/婚活・結婚相談事業・総合ブライダル事業
- ▶ 所在地/前橋市住吉町1-4-1河ビル401



結婚や人生を応援する事業社としても、今後さらに、ライフデザインを考えることは重要だと考えております。ライフデザインを設計したら、計画に沿った自分づくり、行動を起こしてください。また、人生には予期せぬ事態も起こります。その時、自分の書いた設計書を取り出してライフデザインを見直し、新たな行動を起こしましょう。計画し実行していれば、必ず何らかの結果が出ます。その結果を受け入れ、自身の成長に役立てください。みなさんの未来が素晴らしいものになることをご期待申し上げます。

インタビュー 学生コメント

ご家庭の様子を見せてもらい、家族の紹介をたくさんしてくださいました。T・Tさんは、お子さんが5人もいらっしゃる大家族で、仕事と育児を両立している姿に驚きと感動を覚えました。インタビューしている中でも、お子さんの声や生活音が聞こえてきて子育てをリアルに感じることができました。また、家庭が愛と笑い声で溢れていることが画面越しにも伝わって、温かい気持ちになりました。T・Tさんの人生を伺うなかで、たくさんの選択肢がある世の中で未来を想像するのは難しいが、だからこそ常に自分の人生について考えることが大切だと思いました。漠然とではなくより具体的に未来を想像し「未来の図」の解像度を上げていこうと思いました。

「人生マップ」でライフデザイン

ライフデザインとは

みなさんは自分の将来と真剣に向き合ったことはありますか。実現させたい夢や目標、一生かけてやりたい好きなことや趣味はありますか。「どんな人生を送りたいか?」について考えることをライフデザイン(人生設計)と言います。ライフデザインを描くことは、「自分にとって何が“幸せ”なのか」と自分に問いかけることから始まります。自分を幸せにできるのは自分だけです。人生をデザインする力を身につければ夢の実現可能性が高まり、将来への漠然とした不安も解消できます。そして何より、人生が楽しくなるのです。

Q. なぜライフデザインが必要なの?

A. 自分自身の「幸せ」を実現するためです。
ライフデザインを描くことによって自分の夢や価値観を自覚することができます。

Q. ライフデザインを若いうちから考えるメリットは?

A. 20代の早い時期に、人生を計画し、夢を目標と位置づけ、実現するための努力を始めることで、実現する可能性が高まります。ライフデザインは、あなたがより幸せで充実した人生を送る手助けをしてくれます。

最後に **ライフデザインを描くうえで重要なことは、自分の人生の主人公である「自分自身」について知ることです。**

PICK UP! お役立ちサイト

▶ 群馬県結婚・子育て応援ポータルサイト ぐんまスマイルライフ

群馬県での出会いから結婚、妊娠・出産、子育て支援まで情報が何でもそろった! 将来を考えるうえで一度は見ておきたいサイト。

URL: <https://smilelife.pref.gunma.jp/>

▶ 群馬県若者就職支援センター ジョブカフェぐんま

群馬県で働きたい人向けの支援サイト。就職相談をはじめイベントの情報提供や企業紹介、就職後のフォローアップまで手厚いサポートが受けられます。

URL: <https://www.wakamono.jp/>

人生マップをつくってみよう!

「いきなりライフデザインと言われても何から始めていいかわからない...」というそのあなた! 深いことは考えずに自分の理想の人生を「人生マップ」に記入してみましょ! 実際に学生が描いた人生マップをもとにライフデザインの方法とポイントを伝授しちゃいます!

【手順】

- ① 大学、専門学校卒業をスタートとし、ゴールは100歳とする
- ② 自分の人生に影響を与えるライフイベント(就職、結婚など)を考えながら作る
- ③ 人生の理想や目標に近づくためにどう行動するのかを考えながら作る
- ④ ライフイベントごとに年齢を記入する



▶ 群馬への移住を考える人のためのライフスタイルWEBマガジン はじめまして、暮らしまして、ぐんまな日々

あこがれの「ぐんま暮らし」がここに! 様々な人の「ぐんま暮らし」を覗いてみよう! おしゃれで動画も充実、見ているだけでも楽しいサイトですよ!

URL: <https://gunmagurashi.pref.gunma.jp/interview-index/>





人生マップを 作ってみよう

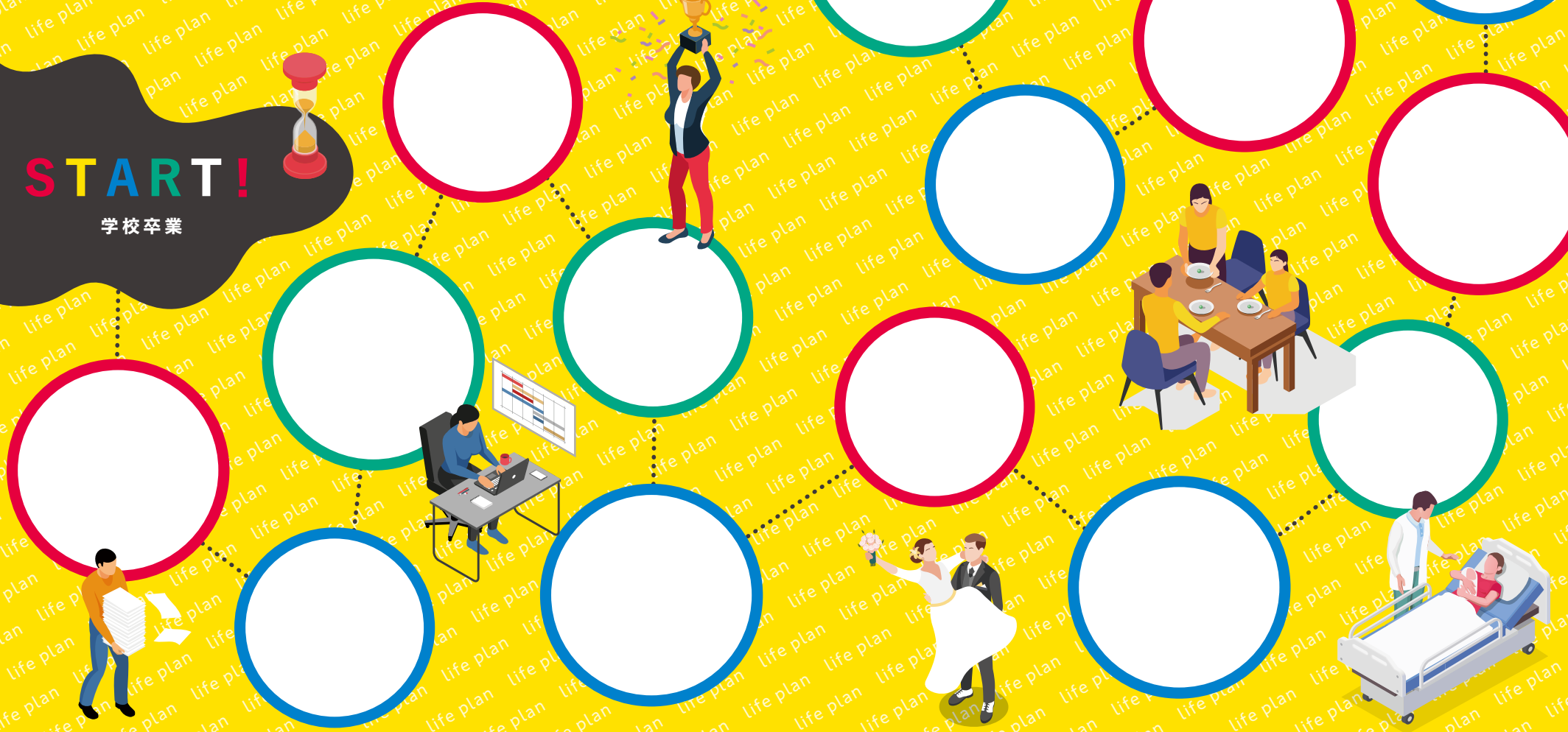
GOAL!
100歳

【作成上のルール】

- ①大学、専門学校卒業をスタートとし、ゴールは100歳とする
- ②自分の人生を大きく変えるであろうライフイベント(就職、結婚など)を考えながら作る
- ③人生における理想目標に近づくためにどう行動するかを考えながら作る
(例) 子育てと仕事を両立したい⇒福利厚生が良かった企業に就職する、育休を取得する
- ④ライフイベントごとに年齢を記入する

START!

学校卒業



Think! Life Design

「今から未来を」考える
ライフデザインの参考書

【企画に賛同・ご協力いただいた企業様】(敬称略、順不同)

- 株式会社 群馬銀行
- 株式会社 ミツバ
- 株式会社 原田
- 株式会社 両毛システムズ
- ティースリープライダルオフィス

【制作】

～群馬県「今から未来を」プロジェクト2020actionワーク&ライフチーム～

- 植松美波 高崎経済大学
- 大澤花蓮 群馬県立県民健康科学大学
- 小野未央 群馬県立県民健康科学大学
- 菊池綾花 群馬県立女子大学
- 中澤麻美 群馬大学
- 原田優奈 新島学園短期大学
- 星野有美 共愛学園前橋国際大学
- 茂木宏斗 高崎経済大学