地域体験型ライフデザインセミナープログラム

株式会社雨風太陽、株式会社IBJ、岩手県

令和7年12月に、都市部在住の大学生・新社会人12名を対象に、価値観整理ワーク、リアル体験、振り返りワークの3つを組み合わせたライフデザイン支援を実施した。本プログラムを通して、参加者は地方・都市に対する固定観念を見直し、それぞれの暮らしを客観的に比較できるようになった。また、その結果、将来の進路や生き方を自分の選択肢として具体的に検討できるようになるなど、意識の変化が見られた。

本事例のポイント

- **ライフデザインにおける意思決定がしやすくなるよう、実際にリアルな場を訪れ、体験することを重視した全体のプログラム設計**
- **移住を前提とせず、地方か都市かにとらわれない、柔軟なキャリア観の育成を促すインプットやワーク**
- **地方に対する思い込みや先入観についての気づきの提供と、地方での新たなライフプラン・ライフストーリーといった学びの提供**

対象者

10代後半：大学生・若手社会人

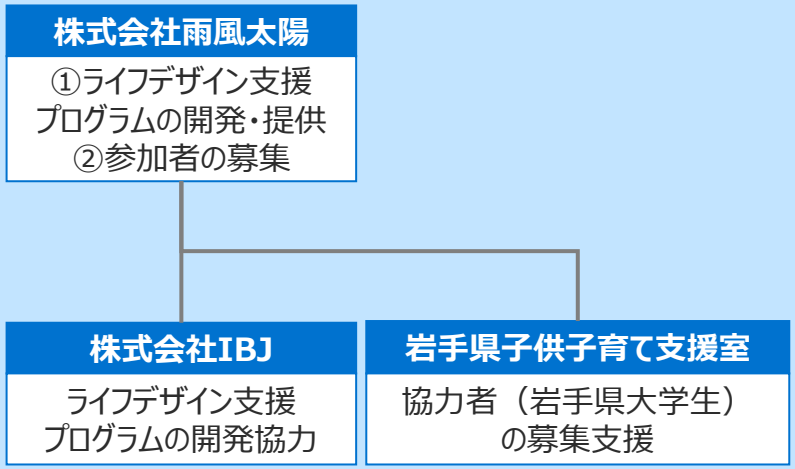
20代前半：大学生・若手社会人

提供形態

ワークショップ

模擬体験・シミュレーション

実施体制



地域体験型ライフデザインセミナープログラム

株式会社雨風太陽、株式会社IBJ、岩手県

具体的な取組

フェーズ①：価値観を整理する対面型ライフデザインワークショップ

- **実施日：**

令和7年12月6日(土)

- **参加人数：**

12名

- **目的・実施内容：**

大学生・新社会人が「自分は将来どう生きたいのか」「どんな暮らし・働き方を望んでいるのか」といった価値観を自ら掘り下げることを支援し、将来に対する不安や将来に対する漠然とした不安や興味関心の方向性の整理を促した。あわせて、地方との関わり方を“自分ごと”として考えるきっかけを創出した。

▼ワークショップ風景



フェーズ②：地域と出会うリアル体験プログラム（1泊2日）

- **実施日：**

令和7年12月13日(土)-
12月14日(日)

- **参加人数：**

12名

- **目的・実施内容：**

実際に地域に足を運び、暮らしや地域の空気感に触れる体験の機会を提供し、大学生・新社会人が持つ「地方」への漠然としたイメージを具体化することを支援した。また、地域在住の同世代大学生や若者と出会い、価値観を交わすことで、自身の将来設計を深めるきっかけを提供した。

▼酒造り現場の見学



▼地元有識者講演



フェーズ③変化を見つめる振り返りワーク

- **実施日：**

令和7年12月20日(土)

- **参加人数：**

6名

- **目的・実施内容：**

地域体験を通じて感じたことを振り返る場を設け、「自分の価値観や将来像はどう変わったのか」の再整理を支援した。プログラム全体を、大学生・新社会人が早い段階から“自分なりの将来”を考える機会提供と位置づけ、選択肢の幅を広げる支援を行った。

▼振り返りワーク風景



地域体験型ライフデザインセミナープログラム

株式会社雨風太陽、株式会社IBJ、岩手県

ライフデザイン支援を通じて提供した知識・情報一覧

ライフ	ライフイベント 生き方の多様性 ライフスタイル・暮らし方 私生活の充実 ウェルビーイングの向上
キャリア	ライフとキャリアの両立 働き方の多様性
ファイナンス	
スキル	自己認知、自己理解、自己肯定、自己決定力、自己効力感