中高生に対するライフデザインプログラムの導入実証

事業報告書

令和８年1月30日

株式会社CURIO SCHOOL

目次

サマリ	2
1.本事業における課題・背景	3
2. 実施体制	4
3. スケジュール	5
4. 実施内容	6
5. 効果検証	8
6.本事業から見えた課題と示唆	19
参考資料	
1. アンケート調査票	24
2. アンケート調査結果	27

中高生に対するライフデザインプログラムの導入実証（株式会社CURIO SCHOOL）

本事業では、中高生が様々な人生を歩んできた先輩方の生き方や考え方を知り、また自身で身近な大人に対してライフデザインに関する探究活動を行いながら、自らが25歳になったときの具体的なライフデザインを考えるオンラインプログラムを実施した 。参加者のライフデザイン明確化や将来について学ぶ理由の明確化に寄与することができた。

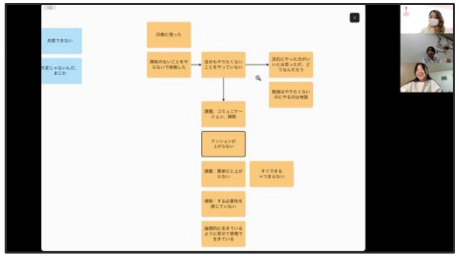
実施目的

様々な人生を歩んできた先輩方の考え方に触れながら自らの具体的なライフデザインを考えるとことを通して、中高生のライフデザインへの意識を向上させること。

実施内容・スケジュール

- ゲスト動画視聴や身近な大人へのインタビューを通して「25歳の自分」を考えるライフデザインプログラムを、令和７年12月から令和8年1月にかけて参加者16名（中学生6名・高校生10名）でオンライン実施した。

	11月	12月	1月
企画調整	企画案調整	-	分析・まとめ
関係者調整	関係者説明	-	成果報告
広報集客	学校集客	参加者集客	-
運営	運営準備	プログラム運営	プログラム運営





実施体制・実証フィールド

- 株式会社CURIO SCHOOL：コンテンツ制作・運営実施
- 小田原市教育委員会：名義後援・市内公立中学校への広報

効果検証結果

- 「ライフデザインの明確化」アンケート項目において、実施前2.8ptが実施後は4.4pt（1.6pt増加）となった。（5段階尺度）
- 「将来について学ぶ理由の明確化」アンケート項目において、実施前3.7ptが実施後は4.3pt（0.6pt増加）となった。（5段階尺度）
- 「将来の不安の軽減」アンケート項目において、実施前4.2ptが実施後3.9pt（0.3pt減少）となった。（5段階尺度）

ライフデザイン支援の普及・拡大に向けた示唆

- 学校授業外での実施によって、学校側の負担を軽減した形で実施することが可能であり、今後の学校における取り組みの広がりに期待できる。
- オンライン活用によって、幅広い地域から多様な所属の参加者を集めることが可能となり、多様な考え方の参加者が交流する場を創出することが期待できる。
- ライフデザインプログラムの具体例を提示することで実施イメージを未導入の学校や自治体に提示することができ、前例が無いことによる学校や自治体側の不安感を無くすことで、今後の学校授業における取り組みの広がりが期待できる。

1.本事業における課題・背景

中学校および高等学校では、授業時間不足やカリキュラムの未整備により、十分にライフデザインプログラムを実施できていない課題意識がある。その解決のために、既存の学校環境への負荷がかかりにくい外部事業者による課外活動としてのライフデザインプログラムが有用であると考えられ、本実証実験にてその効果検証を行うことを目的とする。

背景	• 中学校や高等学校では授業時間不足やカリキュラムの未整備により十分なライフデザインプログラムが実施されていない。 • 特に、公立中学校や公立高等学校では授業協力者を集めることが難しい、教員の多忙化が深刻で担当者を設定することが難しい、などの理由によりライフデザインプログラムが実施しづらい環境にある。 • 進路が確定した中学生や高校生は、職場体験や志望校調査ではない、自分自身のライフデザインを考えるためのプログラムを必要としている。
目的	• 教員の負担を軽減した形で、中学校や高等学校へライフデザインプログラムを届ける。 • オンラインを活用することにより、物理的に集まることが難しい地域や学校の生徒へライフデザインプログラムを届けらる仕組みを設計する。 • 進路指導や職場体験に閉じない、自身の具体的なライフデザインを考えるプログラムを提供する。

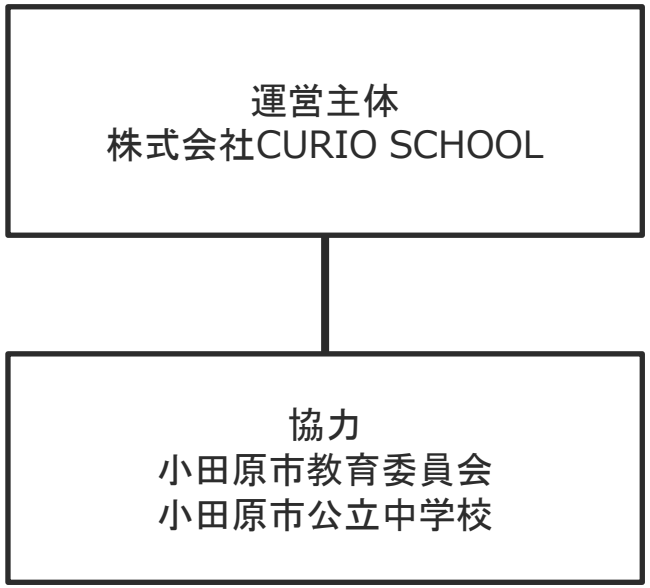
2. 実施体制

株式会社CURIO SCHOOLを中心とし、小田原市教育員会の協力のもと、中学生および高校生へライフデザイン支援を提供し、効果検証を実施した。

団体の概要

団体名	株式会社CURIO SCHOOL
本社所在地	東京都目黒区鷹番３丁目８番５号 豊島ビル 3F
代表者役職氏名	代表取締役　西山恵太
設立年	平成27年4月
従業員数	11人（令和８年1月時点）
事業内容	教育事業として中学校・高等学校向けのデザイン思考（探究）プログラムの開発・実施、教員研修、小学生向けデザイン思考教室等を実施。また全国の中高生がデザイン思考を競い合う「MONO-COTO INNOVATION」等のプログラムを実施している。その他企業支援事業として、大手メーカー等に対して新規事業開発の支援や人材育成の支援を行っている。
URL	https://curioschool.com/

実施体制の詳細



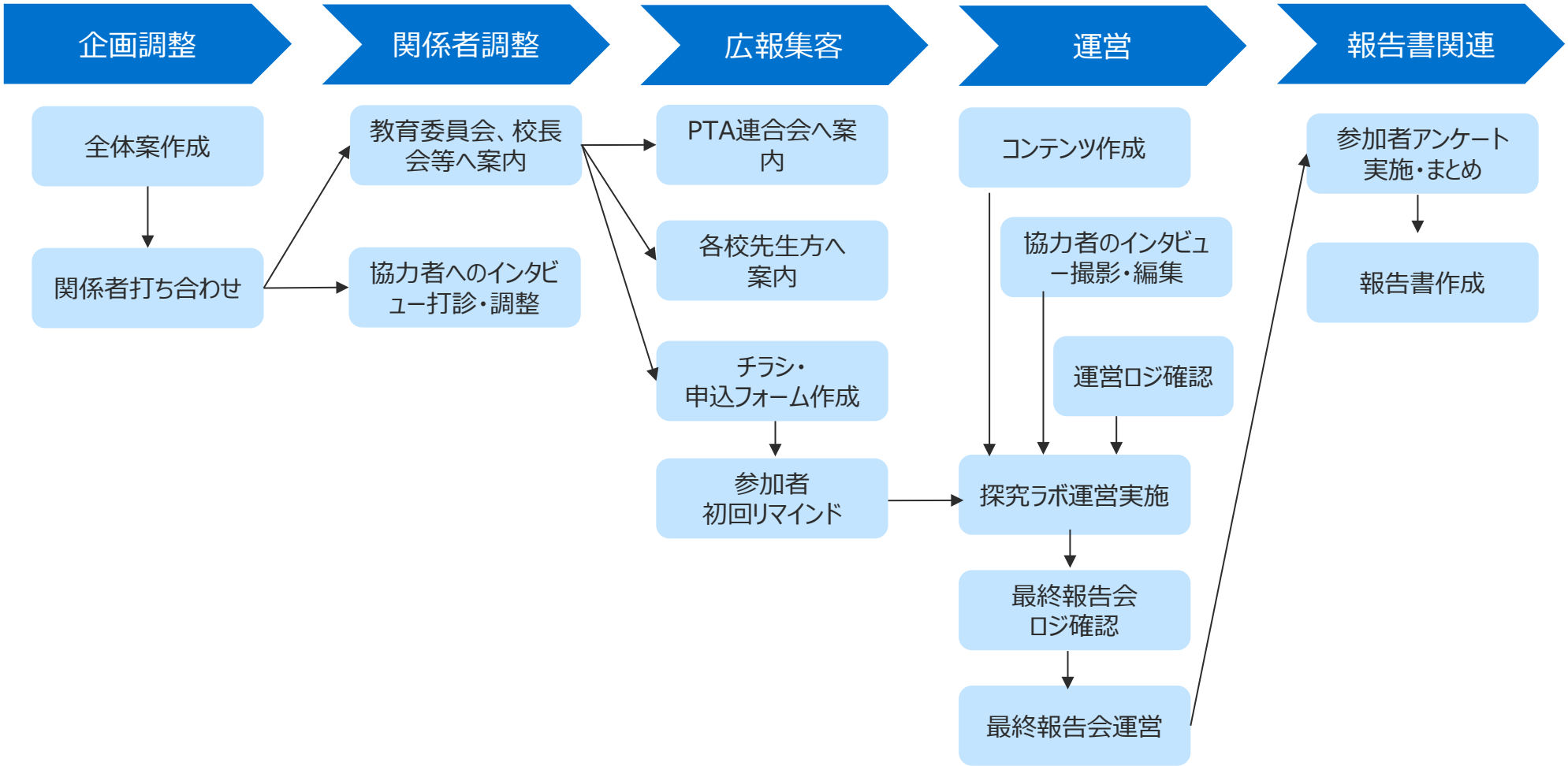
3. スケジュール

本事業は、令和７年11月から令和８年1月の３か月間で実施した。

	月	11	12				1			
項目	週	4	1	2	3	4	1	2	3	4
企画調整	全体案作成	■	■							
	関係者打ち合わせ	■	■	■	■	■	■	■	■	
関係者調整	教育委員会、校長会等へ案内	■								
	協力者へインタビュー打診・調整	■	■							
広報集客	PTA連合会へ案内	■	■							
	各校の先生方へ案内	■	■							
	申込フォーム作成	■								
	チラシ作成	■								
	参加者初回リマインド	■								
運営	コンテンツ作成	■								
	協力者のインタビュー撮影・編集	■	■							
	運営ロジ確認	■								
	探究ラボ運営実施		■	■	■	■	■	■		
	最終報告会ロジ確認							■	■	
	最終報告会運営								■	
報告書関連	参加者アンケート実施・まとめ								■	■
	報告書作成								■	■

4. 実施内容（事業全体の流れ）

「25歳の自分を考えよう」という目的設定から、ゲスト動画視聴や身近な大人へのインタビューを通して、自分自身の10年後を考えるライフデザインプログラムをオンライン実施した。



4. 実施内容

「25歳の自分を考えよう」という目的設定から、ゲスト動画視聴や身近な大人へのインタビューを通して、自分自身の10年後を考えるライフデザインプログラムをオンライン実施した。

	1回目	(1.5回目)	2回目	3回目	4回目	5回目
想定週	12月1日週	(宿題)	12月8日週	12月15日週	1月5日週	1月17日
テーマ	25歳の生き方から自分のトリセツをつくろう	リアルな大人の話を聞いてみよう	リアルな大人の話を聞いてみよう	インタビュー出発準備	取材のふりかえり & 自分の未来像アップデート	最終発表会（オフライン）
目的	「25歳の自分」を空想し、未来を描く楽しさを知る	地元や地元を離れて活躍する大人の働き方を知る	地元や地元を離れて活躍する大人の働き方を知る	実際に大人に会うための計画を立てる	大人から聞いた話をもとに、25歳の未来像を練り直す	自分の未来像を地域の大人に向けて堂々と伝える
内容	• 「25歳の理想の1日」をイラストや文章で描く • 自分が大切にしたい価値観カードを選び、価値観マップを作って、自分の軸を発見 • 大人のリアルストーリー（動画・紹介）を見る • 過去の体験から「やってみたら楽しかったこと」を棚卸し • 未来の自分の「ざっくり像」をカードに描く	• 小田原市内外で働く5人のゲストトーク動画を見る • 動画から共感できる方の語りや考え方をメモ	• ゲストトークから気になる言葉や仕事の魅力をワークシートに書き出す • 「自分ならやってみたい／意外だった」などをまとめる	• これまでの気づきをまとめ、自分が会いたい大人を決定 • インタビュー質問を完成させ、練習してみる • 運営スタッフと一緒に訪問・オンラインの方法を決定 • 次回までに、各自が大人に会って話を聞く	• インタビューで聞いた内容を分析シートにまとめる • 印象に残った言葉・驚いたこと・学んだことを抽出 • 初回の「25歳の1日」を見直してアップデート • 「25歳の私」キャリアレポート完成版を作る • 発表練習（ペアでフィードバック）	• 個人発表（5分前後）＋ゲスト・地域企業からのフィードバック • 初回の自分と比べた成長や変化を振り返る • 最終「ライフデザインシート」を完成し、進路や学びに活かす

5. 効果検証　1)検証手法

- オンラインアンケートを実施し、効果検証を行った。
- アンケート調査票については、参考資料を参照のこと。

項　目	内　容
調査方法	• Webアンケート調査
対象者	• 中学1年生 1人 • 中学2年生 5人 • 高校1年生 4人 • 高校2年生 1人 • 高校3年生 5人
回収数・回収率	• 16人（100%）
設問数	■　事前アンケート • ライフデザインについて：13問 ■　事後アンケート • 「探究ラボ in ODAWARA」（本プログラム）について：7問 • 今後のプログラムについて：5問 • ライフデザインについて：15問
実施時期	• 事前調査：令和７年12月 • 事後調査：令和８年1月

5. 効果検証　2)検証結果ーサマリ

主たる検証項目においては、学校課外活動としてライフデザイン支援プログラムを実施することで、中高生は多様な価値観に触れることができ、ライフデザインへの理解および明確化が深まった。アンケート調査結果の全体は、参考資料を参照のこと。

本事業の目的	検証項目	検証結果
中学校および高等学校では十分なライフデザイン教育プログラムを実施できていないといった課題意識があり、その解決のためにライフデザイン支援が有用であると考えられることから、オンラインを用いたライフデザイン支援の実証を実施し、その効果を検証することを目的とした。	ライフデザインの理解度および明確化	本事業を通して、中高生のライフデザインの理解度および明確化が高まった。 実施前 2.8pt → 実施後 4.4pt（1.6pt増加 5段階尺度） 有意差あり（p<0.001）
	自らが学ぶ理由の明確化	本事業を通して、中高生が学ぶ理由を明確化できた。 実施前 3.7pt → 実施後 4.6pt（0.9pt増加 5段階尺度） 有意差あり（p<0.003）
	ライフデザインの意味理解	本事業を通して、中高生のライフデザイン意味理解は少し促進された。 実施前 4.3pt → 実施後 4.8pt（0.5pt増加 5段階尺度） 有意差なし（p<0.130）
	自分の理想とする将来に向けての行動	本事業を通して、中高生の将来に向けた行動は喚起させにくかった。 実施前 4.4pt → 実施後 4.6pt（0.2pt増加 5段階尺度） 有意差なし（p<0.188）
	日々の生活の中での満足感や幸福感	本事業を通して、中高生の日々の満足感や幸福感を高めにくかった。 実施前 4.0pt → 実施後 4.2pt（0.2pt増加 5段階尺度） 有意差なし（p<0.333）

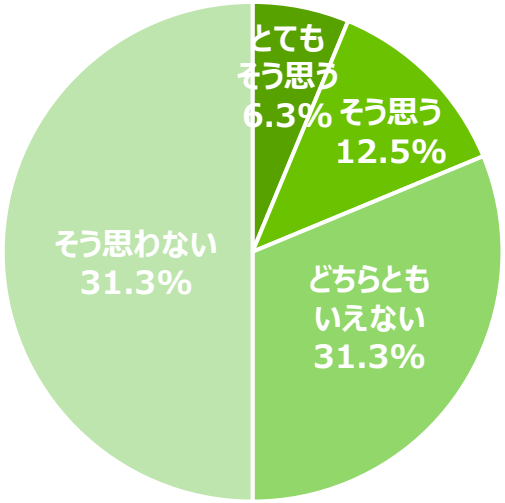
5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定量分析）

ライフデザイン理解促進および明確化

「ライフデザイン」に対する認知や実践経験が乏しい状況だったが、本事業を通して参加者である中高生全員が理解や実践経験を深めることができた。

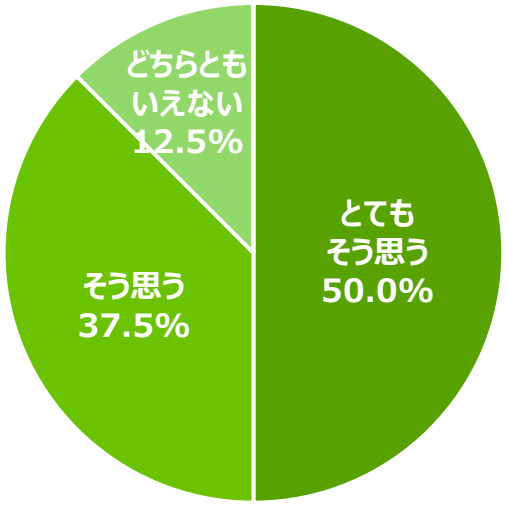
実施前

「自分のライフデザインは明確だと感じますか？」



実施後

「今回のプログラムを通して、自分のライフデザインが明確になったと感じますか？」



■ 検証結果

- 「25歳の自分を考えていく」という具体的な活動を進めながら自身の現在の想いや未来の姿を可視化していくことを通して、参加者のライフデザインへの理解を深めることができたと考えられる。
- ライフデザインについて認知はしているが実施経験がない状況に対し、本事業が中高生のライフデザインの理解促進および明確化を進めることができることが示唆された。

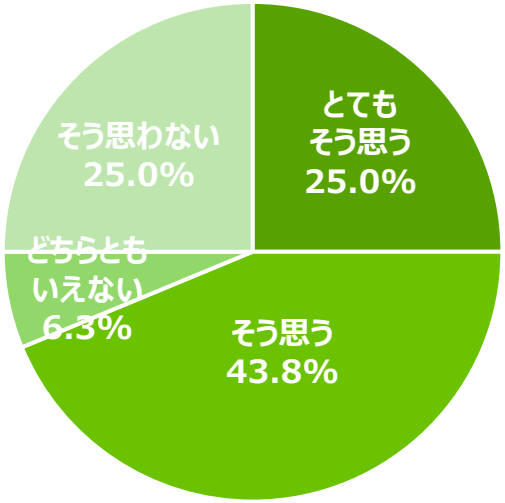
5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定量分析）

学ぶ理由の明確化

実施前は自身の学ぶ理由をつかめていない状況であったが、本事業を通して中高生が学ぶことに対する意味を再確認し明確化したことが示唆された。

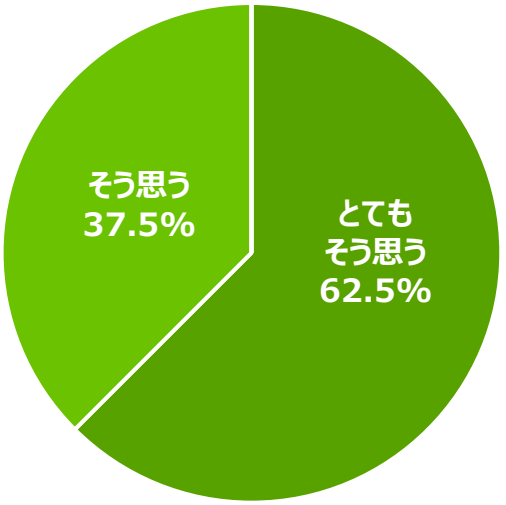
実施前

「自分は学ぶ理由が明確だと思いますか？」



実施後

「今回のプログラムを通して、学ぶ理由がより明確になったと感じますか？」



■ 検証結果

- 本事業内で自らの理想とする将来に向かって学び続ける大人の姿に触れることを通して、中高生自身が学ぶことの意義や意味を再確認したことが考えられる。
- 本事業内における参加者間の交流を通して、同年代で高めあう意識が醸成されたことが示唆された。

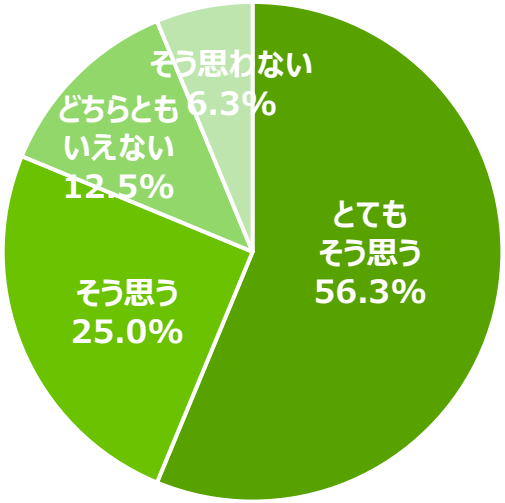
5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定量分析）

ライフデザインの意味理解

実施前は自らとライフデザインとの距離を感じていた参加者も存在したが、本事業を通して中高生がライフデザインを自分ごと化して自ら意味づけられる可能性が示唆された。

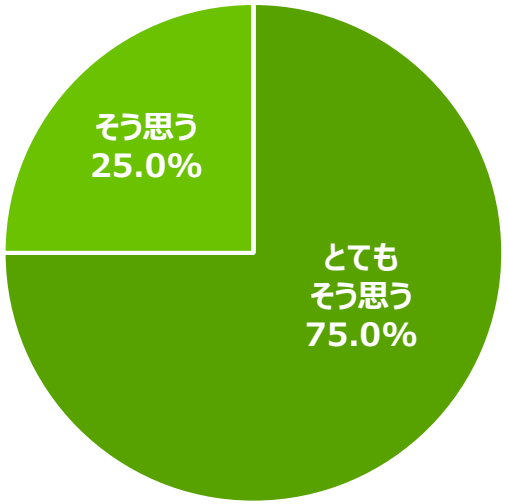
実施前

「ライフデザインは自分にとって意味があると思いますか？」



実施後

「ライフデザインは自分にとって意味があると思いますか？ 」



■ 検証結果

- 本事業では「25歳の自分を考える」という具体的なワークに取り組んだため、参加者中高生がライフデザインをより身近に感じて自分ごと化することができたと考えられる。
- 本事業のような工夫をすることによって、中高生にライフデザインをより身近に感じてもらいながら自分ごと化させることができる方法が示唆された。

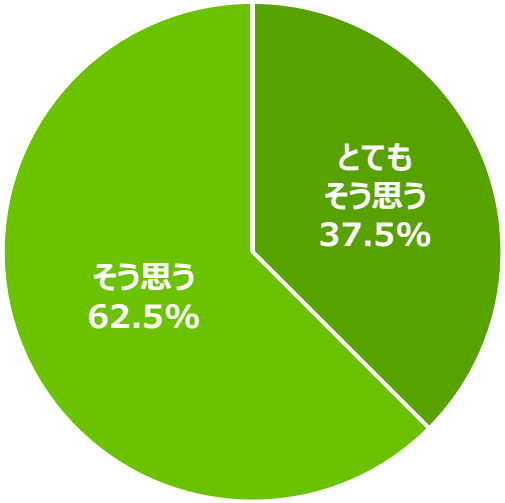
5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定量分析）

将来への行動

本事業によって、中高生が自分の将来に向けた行動を進めていこうと思う気持ちを高められる可能性が示唆された。

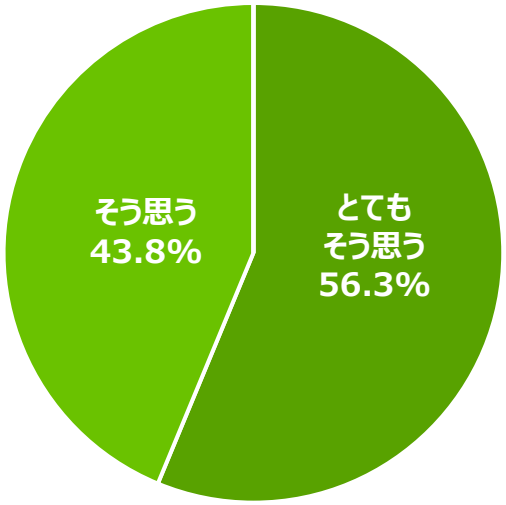
実施前

「自分の理想とする将来」に向けて行動したい気持ちがありますか？」



実施後

「今回のプログラムを通して「自分の理想とする将来」の実現に向けて行動したいと思いましたか？ 」



■ 検証結果

- 本事業内のインタビュー活動で「具体的な25歳前後の生活や仕事」に触れていくことで、中高生が理想とする将来の実現に向けて行動することが大切だと感じられた、と考えられる。
- 本事業では「中高生にとっての25歳前後の大人」のように身近なロールモデルを提示することによって、将来への具体的な行動が喚起されることが示唆された。

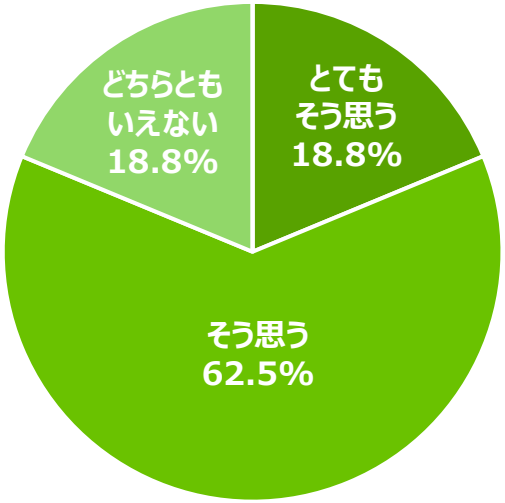
5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定量分析）

生活満足度や幸福度の向上

本事業を通して、中高生の日々の生活の中での満足度や幸福度を向上させられる可能性が示唆された。

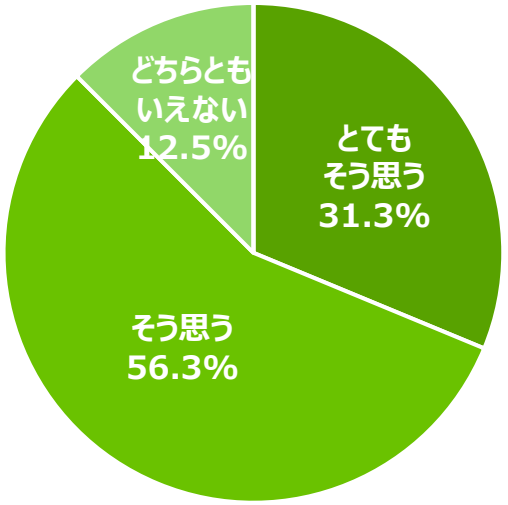
実施前

「日々の生活の中で満足感や幸福感を感じていますか？」



実施後

「今回のプログラムを通して、日々の生活の中で満足感や幸福感が向上したと感じますか？」



■ 検証結果

- 本事業内で参加者自身が思考や感情を自由に発言していくことで、プログラムを通した日々の生活満足度や幸福感の向上につながったと考えられる。
- 学校内における評価や人間関係などから距離を置ける場が存在することが、中高生の日々の生活の質向上に寄与することが示唆された。

5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定性分析）

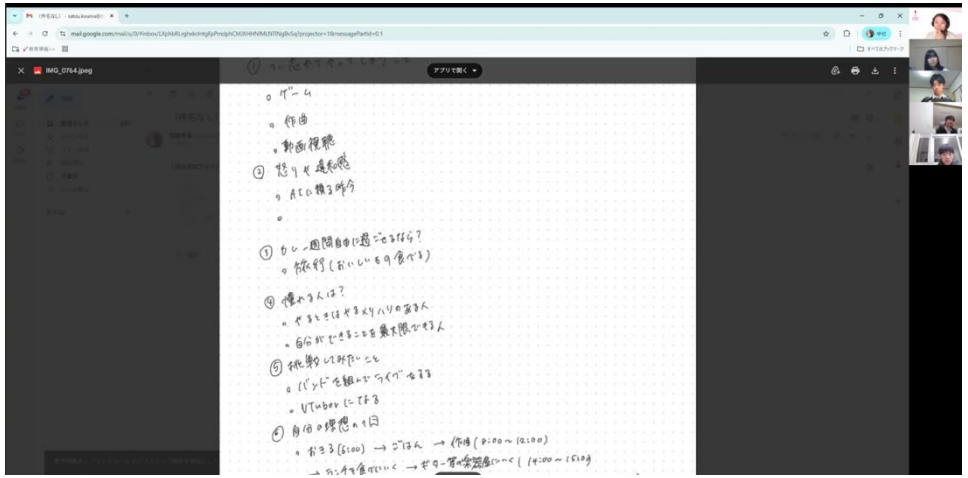
課外活動として行うライフデザインプログラムの価値

課外活動としてのライフデザインプログラムを行うことによって、中高生は成績評価や学校内部の人間関係を気にすることなく、自由に自分自身の本音を話したり思考を広げたりすることができた。

■ 現状/課題
- 学校の授業では成績や評価の影響を意識してしまい、無難なライフプランを選択してしまう傾向がある。

■ プログラム内での参加者発言
- 「先生に聞かれていないから成績を気にすることがなくて変なことも言いやすかった。」
- 「学校だといろいろ気にしてしまってキャラをつくってしまう自分がいるけど、ここだと自由だった。」

■ 本事業の成果
- 学校授業における成績評価に関係ないプログラムであるからこそ、中高生が自身の価値観に素直に向き合い、深掘りすることが可能となった。
- 課外活動として様々な立場の参加者が集うことで、既存の人間関係における評価を気にせず自由にライフデザインを進めることができた。



オンラインワークの様子

5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定性分析）

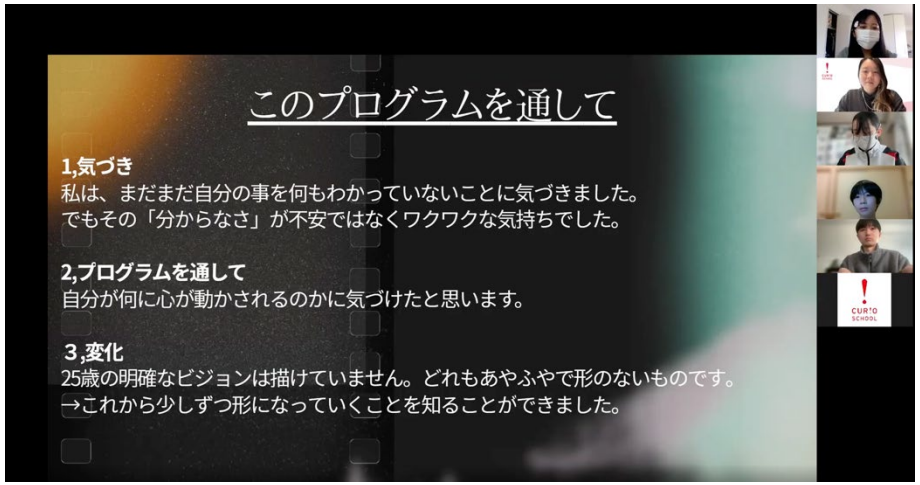
自身の思考や感情と向き合う時間の大切さ

本事業内において参加者が自身の思考や感情と向き合う時間を設定したことによって、ネガティブな思考も含めて自身の素直な感情を受容し内省することができ、深みのあるライフデザインに繋げることができた。

■ 現状/課題
- 実施前アンケートでは、参加者の多く（94.1%）が未来に対する不安があると回答していた。

■ プログラム内での参加者発言
- 「将来のわからなさが、不安ではなくワクワクの気持ちだったことに気づいた。」
- 「今の自分が嫌いだとわかった。だからこそもっと知りたい。」

■ 本事業の成果
- 自身の現状を客観的に受け入れ、自己理解へ繋げようとする様子が確認された。
- 自身の価値観を踏まえたライフデザインを進めることで、自分自身を見つめ直す契機となったことが示唆された。
- 他者と価値観を共有するプロセスによって、より参加者自身の内省が促進された。



オンラインワークの様子

5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定性分析）

異なる学校・年代との交流による多角的な視点の獲得

学校や学年の枠を超えた対話により、固定化されたコミュニティでは得られない多様な視点を獲得しながら、ライフデザインを考える機会になった。

■ 現状/課題
- 日常生活では人間関係が限定されているため、キャリアやライフデザインの選択肢が限定的になりやすい。

■ 実施結果
- 年齢層の異なる参加者同士の対話により、他校・他学年との繋がりが生まれた。
- 他校・他学年の意見を参考に将来像を具体的に考える様子が見られた。

■ 本事業の成果
- 同世代であっても背景や考え方が異なる他者とのディスカッションが、視野を広げる刺激として機能した。
- 異年代交流によって将来に対する意識の段階の違いを肌で感じ、現実感のあるライフデザインを設計することができた。



オンラインワークの様子

5. 効果検証　3)検証結果ー詳細（定性分析）

さまざまな生き方をする社会人・大学生との交流による多様性の理解

さまざまな生き方をする複数の「25歳の大人」へのインタビュー動画や、参加者自身での身近な社会人へのインタビュー実施によりキャリア選択の固定観念が払拭され、進路選択やライフデザインの考え方に広がりが見られた。

■ 現状/課題

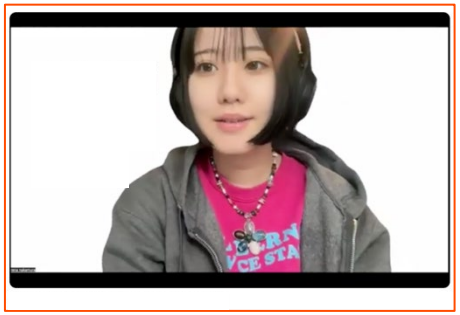
- キャリア選択における「一度決めた進路は変えてはいけない」といった固定観念がある。
- 家庭・学校以外で大人と接する機会が少なく、人生の選択肢が限定的に捉えられがちである。

■ 実施後アンケートのコメント

- 「自分の将来の選択肢は思っていた以上に存在し、進路を確定した後もたくさん迷って時には道を変えてもいいことを学ぶことができた。」
- 「私が思いつかないようなことがたくさんあり、私が思っているよりも世界はひろいのかもしれないと思った。」

■ 本事業の成果

- 一度決めた進路は変えてはいけないという、キャリア選択の固定観念を払拭することができた。
- 中高生が多様な生き方をする社会人やファシリテーター大学生から得た知見や刺激を、自身のライフデザインに取り込んでいく姿が見られた。



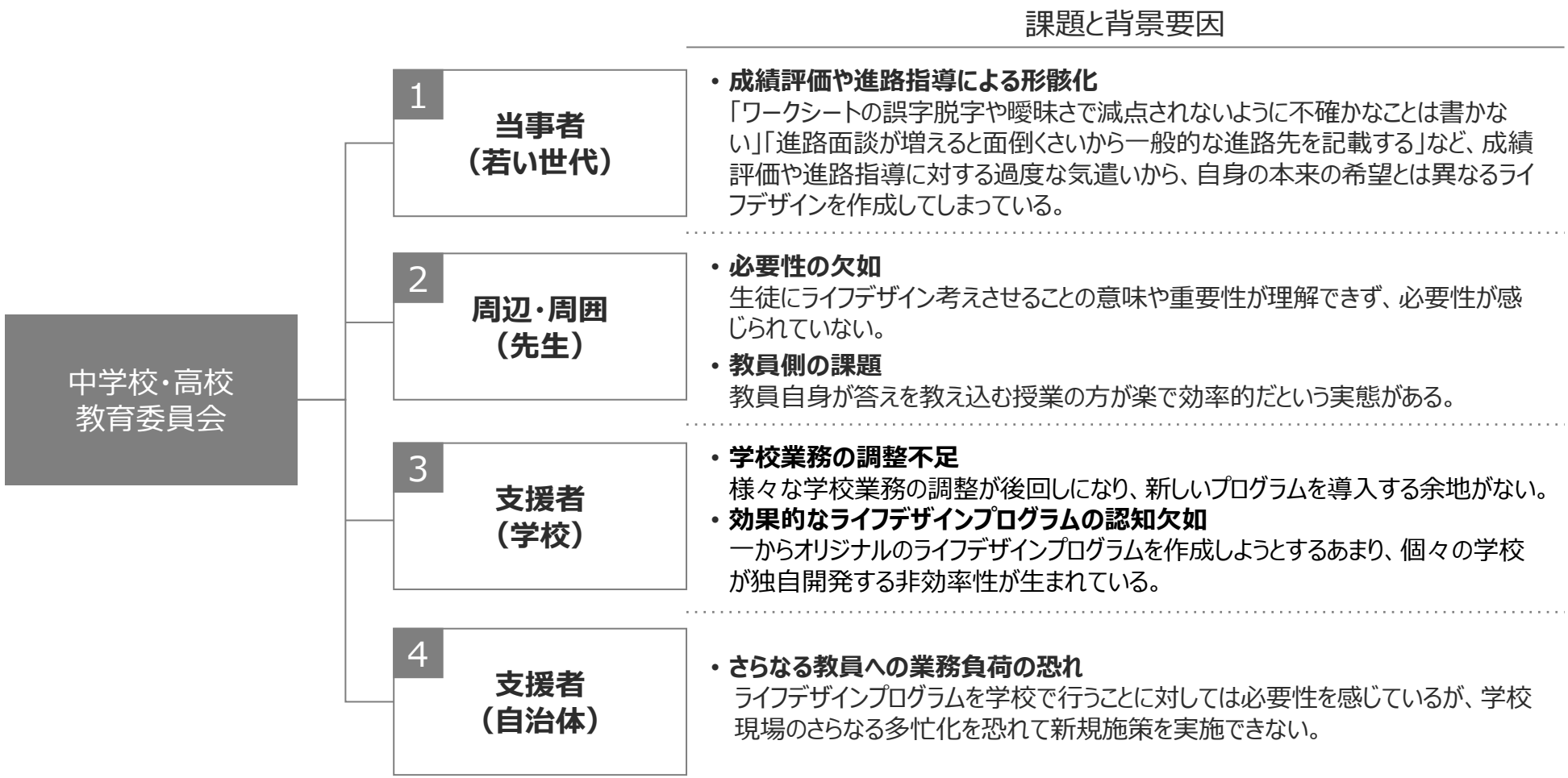
主なご質問事項　※お話の流れで変更する場合があります

1. 現在のお仕事やご活動について
   - お仕事やご活動の内容
   - お仕事やご活動を選択したきっかけ
   - お仕事やご活動のやりがいや大変さ
   - お仕事やご活動でご自身が大切にされていること
2. 暮らし方について
   - 現在の平日・休日の主な過ごし方
   - 将来、希望する働き方や暮らし方（働き方のスタイル・暮らす場所・想定するライフイベントなど）
   - お仕事やご活動以外で大切にしていること
   - 家族・友人との現在の関係性について
   - ご自身が「幸せ」と感じるタイミング
3. 成長や挑戦について
   - ご自身が得意と感じること
   - これまで生きてきたなかでの、迷いや失敗について
   - その迷いや失敗にどのように対処してきたか
   - これから挑戦したいこと（今、挑戦されていること）
4. 中高生へのメッセージ
   - ご自身はどのような中学生だったか
   - 中高生へのメッセージがあれば

(イメージ)インタビュー動画とインタビュー内容

6.本事業から見えた課題と示唆　ア)課題

ライフデザインプログラムの重要性は、生徒・学校教員・学校および教育委員会等、多くの教育関係者が感じているが、現時点で多忙である学校現場で新たに実施する隙間がない。



6.本事業から見えた課題と示唆　イ)あるべき姿

若い世代（中高生）が自身のライフデザインを自身のタイミングに応じて自由に考えられる場を認識して活用しつつ、周囲や支援者はその場を創出・維持している状態。

		あるべき姿
中学校・高校教育委員会	1 当事者（若い世代）	• 成績のために嘘をついたり楽をしたりする必要がなく、自分の将来を「ちゃんと考えられる」自由な場でライフデザインを考えられる。 • ライフプランの細かい設定を記述するだけではなく、自身の価値観や、キャリアを通じて得られる実りまでを考える機会がある。
	2 周辺・周囲（先生）	• 学校内外の様々なプレイヤーの力を借りて、先生自身のスキルに閉じないライフデザインプログラムを取り入れている。 • 教育成果の即効性を求めすぎず、長期的な視点で生徒のライフデザインに寄与する授業を展開している。
	3 支援者（学校）	•生徒一人ひとりのライフデザインに寄与する年間プログラムを、教育課程に位置付けて運用している。 •学校内外の様々なプレイヤーと協働して、学校内部に閉じないプログラムを学校・地域単位で推進している。
	4 支援者（自治体）	• 教育委員会が主体となって、学校間を繋いだり地域資源を活用したりするライフデザインプログラムを制作し、各学校への実施を呼びかける。 • 各学校での実践事例を活かしつつ、さらなる改善を図っていく。

6.本事業から見えた課題と示唆　ウ)実現に向けた方向性

幅広く参加者を募ることができるオンラインを活用したライフデザインプログラムを先行実施し、都度生徒・先生・学校・自治体に周知していくことで、ライフデザインの必要性や具体的な進め方を、少しずつ国内へ広めていく。

中学校・高校
教育委員会

		実現に向けた方向性
1	当事者 （若い世代）	• 大学進学をゴールにせず、就職後の人生まで考えられるようなより長期的なキャリアパスに触れる機会を増やす。 • 身近な大人が仕事に対して抱いている情熱や人生の転機（転職など）に際して気づいた価値観について聞く場を作る。
2	周辺・周囲 （先生）	• 具体的なライフデザインプログラムを見学・体験し、その良さや必要性を今一度先生自身が体感する。 • 学校外部人材・企業等を活用しつつ、先生自身の興味関心に基づいたライフデザインプログラムを試行する。
3	支援者 （学校）	• 学校外部人材・企業等を活用しつつ、一貫性のあるライフデザインプログラムの導入支援を受ける。 • 導入支援を受けつつ、全学年一貫したライフデザインに関わる教育課程を作成し、徐々に学校独自カリキュラムへ移行していく。
4	支援者 （自治体）	• 外部企業・団体の力を借りつつ、ライフデザインプログラムを制作して学校および希望する生徒向けの放課後実施を図る。

6.本事業から見えた課題と示唆　2)終わりに

中高生が既存の制約条件からある程度自由に、かつ自分自身の本音を大切にしたライフデザインを考えるには、具体的な先輩の姿を見せること、学校の枠を超えた対話の場を設けること、自らライフデザインに関するインタビューをする探究的な活動を組み立てるなど、中高生自身がライフデザインを身近に感じることができる工夫や要素を組み合わせる必要があることが示唆された。また、学校内部だけでは難しいため学校外部の企業等を活用する必要もあると考えられる。

中高生にとって
ライフデザインに関する既存の制約条件

- **学校内部の人間関係**
- **成績評価の圧力**
- **学校的に望ましい進路のあり方**
- **具体性の少ない既存のプログラム**

中高生にとって
開放的なライフデザインプログラム

- **学校環境から自由な対話の場**
- **ライフデザインに関する探究的な活動**
- **具体的な先輩の姿**
- **学校の枠を超えた対話の場**

参考資料

1. アンケート調査票
2. アンケート調査結果

1.事前アンケート調査票(1)

番号	分類	設問文（実施前）	設問文（実施後）	回答形式
1	参加プログラム	実証実験プログラム名で選択式	（共通）	選択式
2	年齢	あなたの年齢を教えてください	（共通）	記入式
3	居住地	都道府県	（共通）	選択式（47都道府県）
4	主観的居住環境	あなたのお住まいの状況として当てはまるものをお選びください。	（共通）	選択式（都市部／都市部と郊外の中間／郊外／郊外と農村・漁村部の中間／農村・漁村部）
5	社会人or学生	あなたの年代・属性をお選びください。	（共通）	選択式（中学生／高校生／大学生／大学院生／新社会人（10代後半～20代前半）／若手社会人（20代後半）／中堅社会人（30代前半）／その他社会人／その他／回答しない）
6	性別	あなたの性別を教えてください	（共通）	選択式（男性／女性／その他／回答しない）
7	進路（中高生）	卒業後の進路について、今の時点でどのように考えていますか？		選択式（専門学校や職業系の学校に進学したい／大学へ進学したい／就職を希望している／まだわからない・考え中／回答しない）
8	参加プログラムの把握・評価	（なし）	参加したライフデザインのプログラムの期間を教えてください。（プログラム開始日から終了日までの期間を選択してください。）	選択式（単発（1日以内）／２日～６日／1週間～2週間／2週間～1か月／1か月～3か月／３か月以上）
9		（なし）	参加したライフデザインのプログラムの回数を教えてください。（プログラム開始日から終了日までの回数を選択してください。）	選択式（１回、２回、３回、４回、５回、６回、７回、８回、９回、１０回、１１回以上）
10		（なし）	参加したプログラムの提供形態を教えてください	複数選択式（ワークショップ／セミナー・講演／コーチング／ヒアリング・カウンセリング／eラーニング／自己学習ツール（eラーニング除く）／模擬体験・シミュレーション／その他（自由記述））
11		（なし）	参加したプログラムで得られたライフデザインの情報についてすべてお選びください	複数選択式（別シート：ライフデザインプログラムで扱う情報）
12		（なし）	参加したプログラムについて満足度はいかがでしたか	選択式（非常に満足／やや満足／どちらともいえない／あまり満足していない／全く満足していない）
13		（なし）	参加したプログラムの期間（回数やプログラム全体の長さ）はどう感じましたか	選択式（ちょうどよい／やや長い／長い／やや短い／短い）
14	理想的なプログラムについて	（なし）	あなたが理想的だと思うプログラムの期間を教えてください。（プログラム開始日から終了日までの期間を選択してください。）	選択式（単発（1日以内）／２日～６日／1週間～2週間／2週間～1か月／1か月～3か月／３か月以上）
15		（なし）	あなたが理想的だと思うライフデザインのプログラムの回数を教えてください。（プログラム開始日から終了日までの回数を選択してください。）	選択式（１回、２回、３回、４回、５回、６回、７回、８回、９回、１０回、１１回以上）

1.事前アンケート調査票⑵

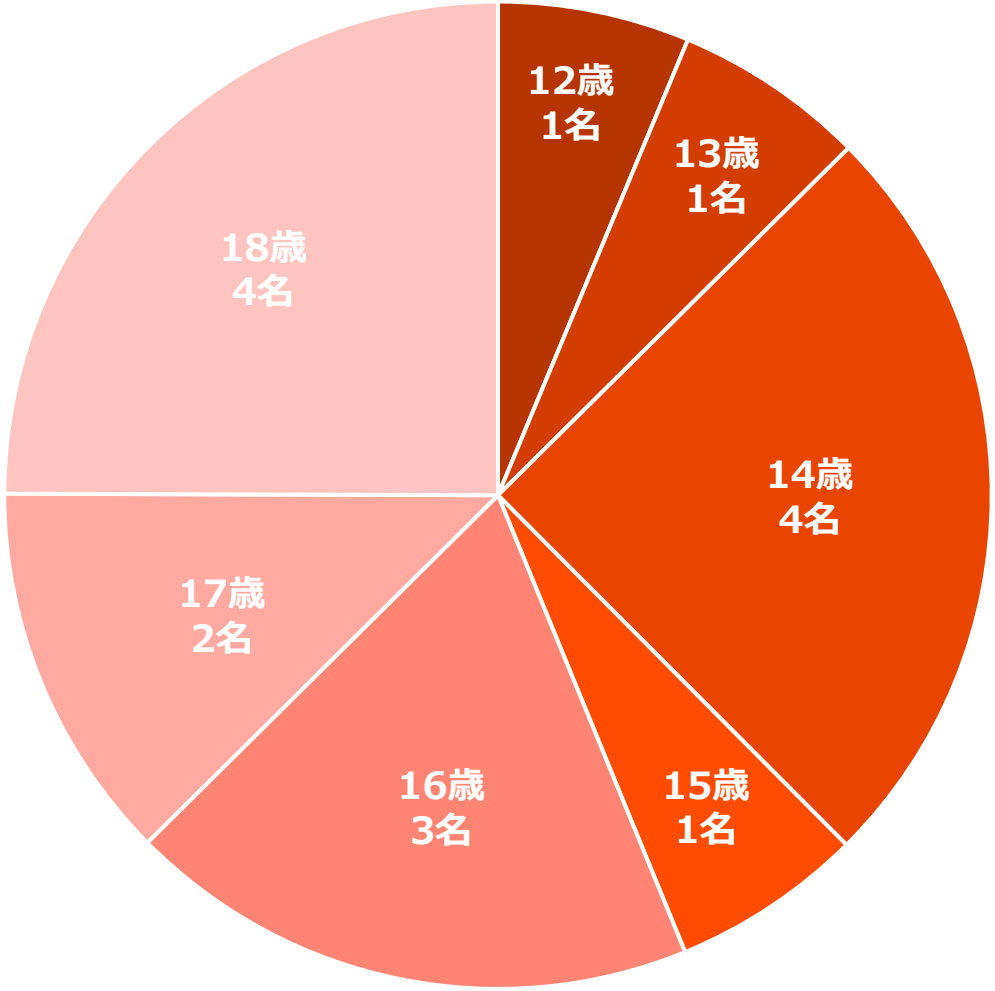
番号	分類	設問文（実施前）	設問文（実施後）	回答形式
16	理想的なプログラムについて	（なし）	あなたが理想的だと思うプログラムの提供形態を教えてください	複数選択式（ワークショップ／セミナー・講演／コーチング／ヒアリング・カウンセリング／eラーニング／自己学習ツール（eラーニング除く）／模擬体験・シミュレーション／その他）
17		（なし）	あなたが理想的だと思う、プログラムで得たいライフデザインの情報についてすべてお選びください	複数選択式（別シート：ライフデザインプログラムで扱う情報）
18	プログラムに関するご意見	（なし）	プログラムに関して、良かった点や改善してほしい点、今後の要望などがあれば自由にご記入ください。	自由記述
19	ライフデザインへの認知度	「ライフデザイン」という言葉を知っていますか	（なし）	選択式（はい／いいえ）
20		今回のプログラムが「ライフデザイン」に初めて取り組む機会ですか	（なし）	選択式（はい／いいえ）
21	ライフデザインへの理解	（なし）	今回のプログラムを通して「ライフデザイン」への理解は深まりましたか	5段階リッカート尺度（とてもそう思う／そう思う／どちらともいえない／あまりそう思わない／全くそう思わない）
22	プログラムの効果	自分のライフデザインは明確だと感じますか	今回のプログラムを通して、自分のライフデザインが明確になったと感じますか	5段階リッカート尺度
23		自分の将来に対する不安を感じていますか	今回のプログラムを通して、将来に対する不安が軽減したと感じますか	5段階リッカート尺度
24		自分の将来には、いろいろな選択肢や可能性があると思いますか	今回のプログラムを通して、自分の将来の選択肢が増えたと感じますか	5段階リッカート尺度
25		「自分の理想とする将来」に向けて行動したい気持ちがありますか	今回のプログラムを通して、「自分の理想とする将来」の実現に向けて行動したいと思いましたか	5段階リッカート尺度
26		日々の生活の中で満足感や幸福感を感じていますか	今回のプログラムを通して、日々の生活の中での満足感や幸福感が向上したと感じますか	5段階リッカート尺度
27	エンゲージメントの変化（中高大）	新しい知識や情報を積極的に学びたいと思うことが多いですか	今回のプログラムを通して、新しい知識や情報を積極的に学びたいという意欲が高まったと感じますか	5段階リッカート尺度
28		自分は学ぶ理由が明確だと思いますか	今回のプログラムを通して、学ぶ理由がより明確になったと感じますか	5段階リッカート尺度
29	ライフデザインの必要性	ライフデザインは自分にとって意味があると思いますか	ライフデザインは自分にとって意味があると感じますか	5段階リッカート尺度
30		ライフデザインを友人や家族にも勧めたいと思いますか	ライフデザインを友人や家族にも勧めたいと思いますか	5段階リッカート尺度
31		（なし）	今後もライフデザインに関するプログラムが企業や学校・団体等から提供された場合に取り組みたいと思いますか	5段階リッカート尺度
32		（なし）	今後もライフデザインに関するプログラムに個人的に取り組みたいと思いますか	5段階リッカート尺度
33	自由記述	ライフデザインプログラムを通して得たい気づき等あればおしえてください。（自由記述）	ライフデザインプログラムを通して得た気づき等があれば教えてください（自由記述）	自由記述

参考資料

1. アンケート調査票
2. アンケート調査結果

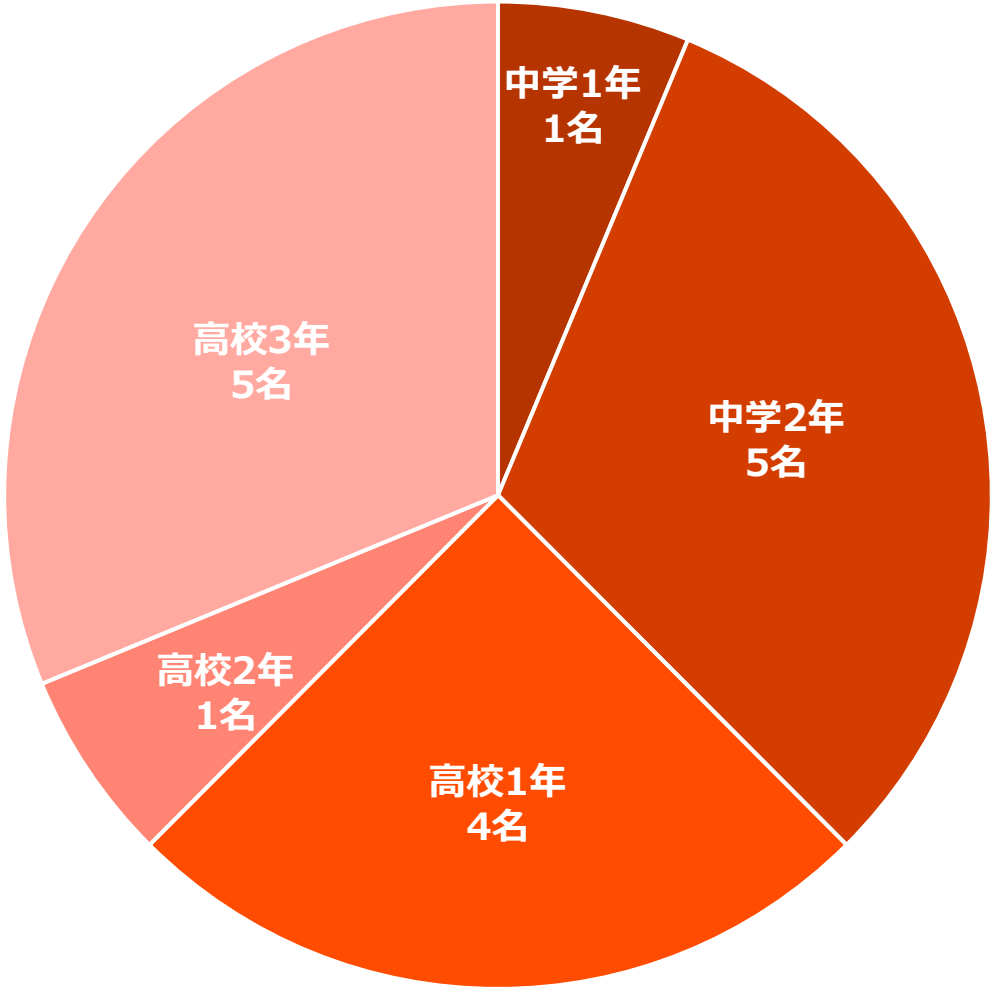
1.事前・事後アンケート共通

1）年齢



1.事前・事後アンケート共通

2）学年

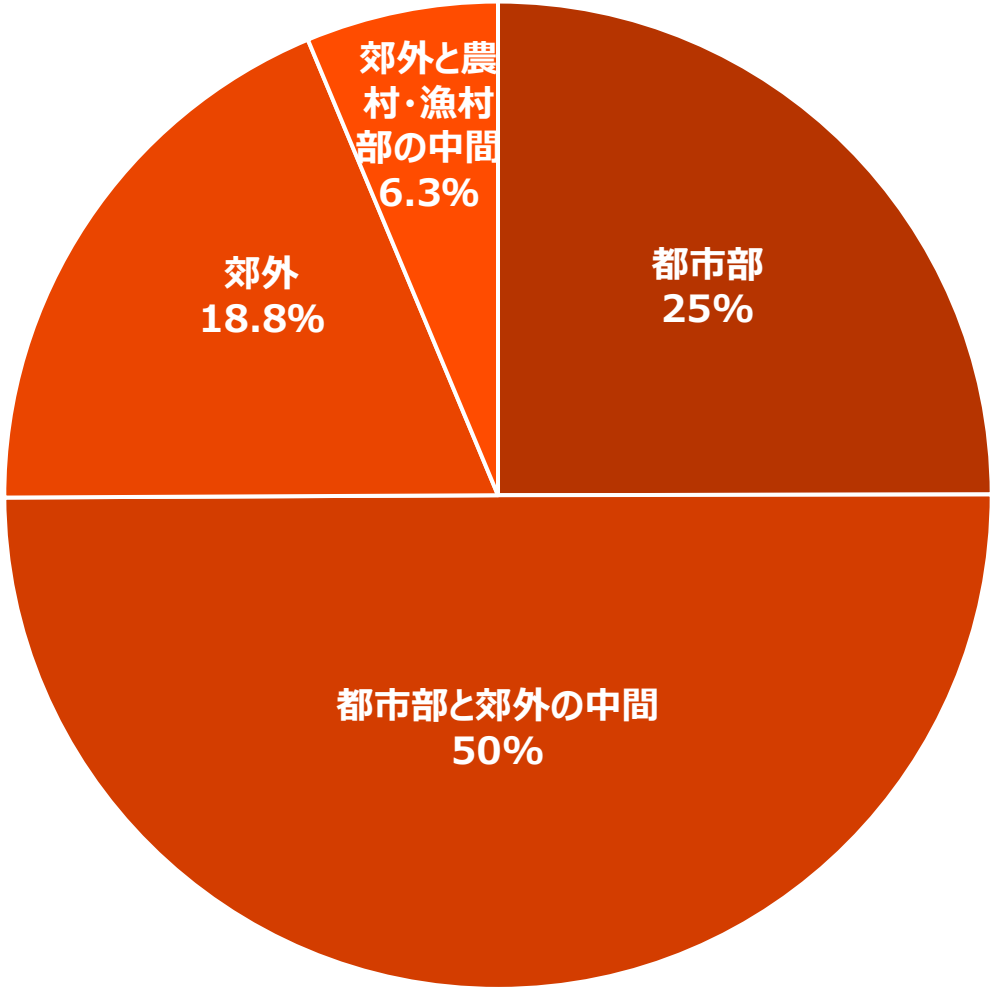


3）所在地

都道府県名	人数	割合
茨城県	5人	31.25%
神奈川県	4人	25.0%
埼玉県	1人	6.25%
千葉県	2人	12.5%
東京都	4人	25.0%

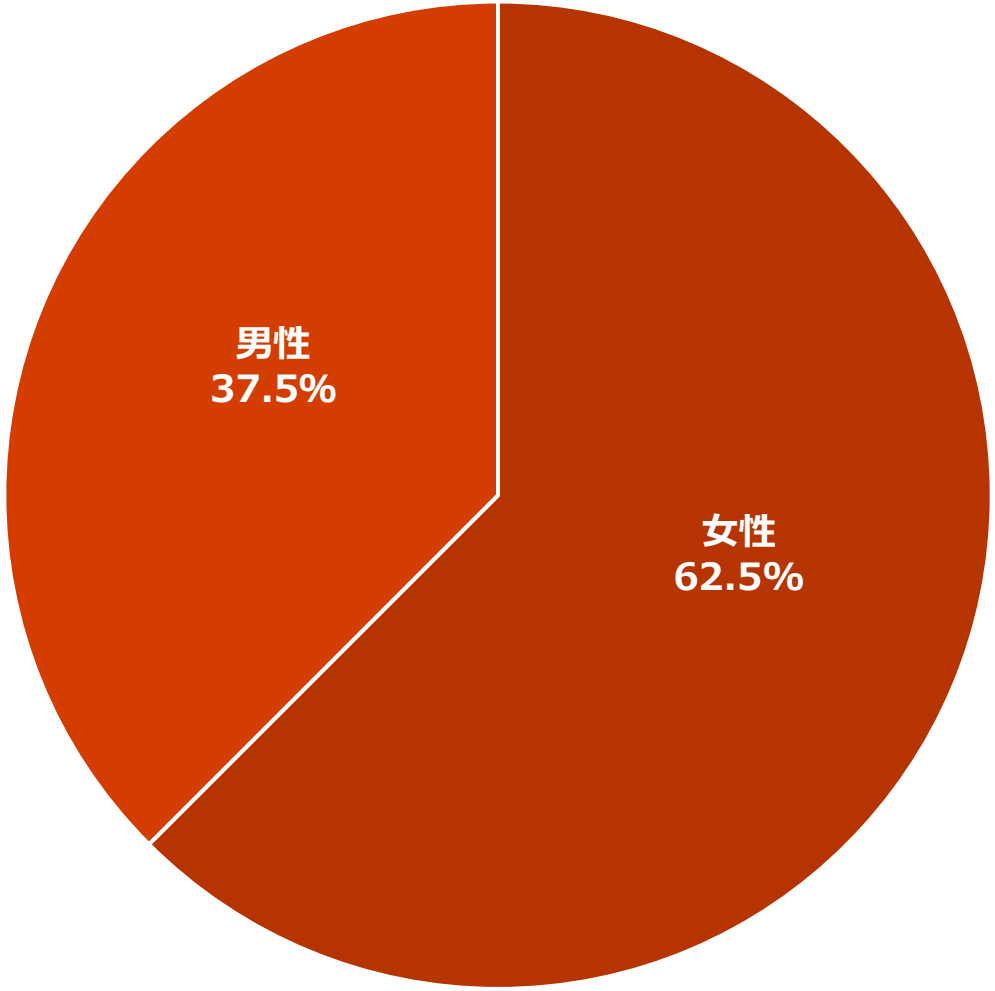
4）住まい状況

n=16



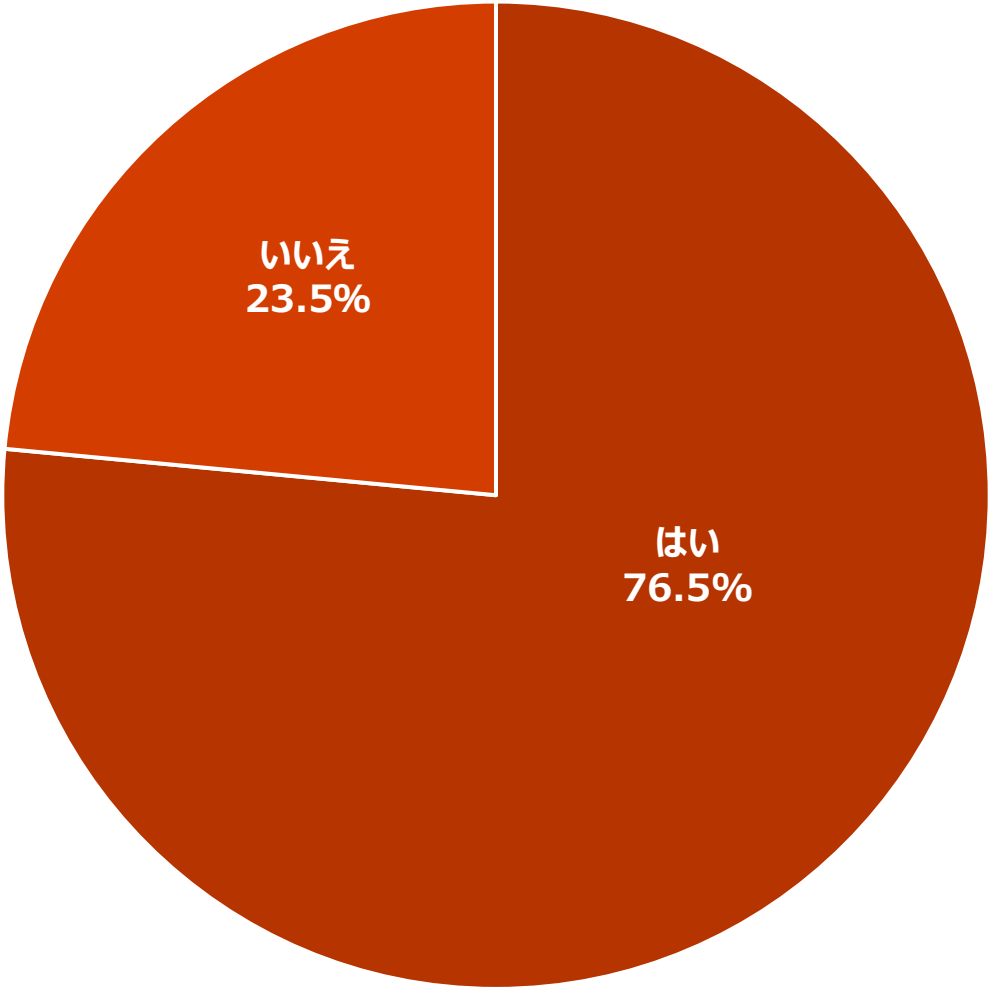
5）性別

n=16



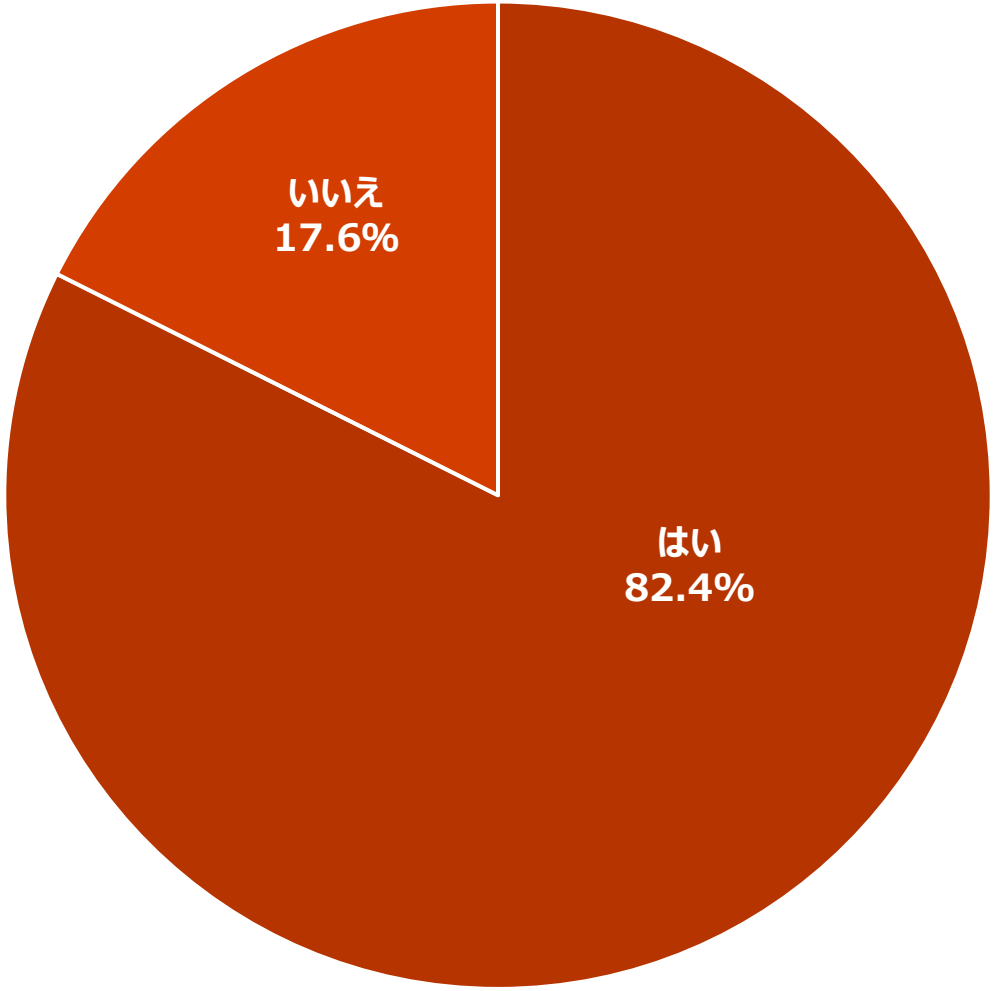
1）「ライフデザイン」という言葉を知っていますか？

n=16



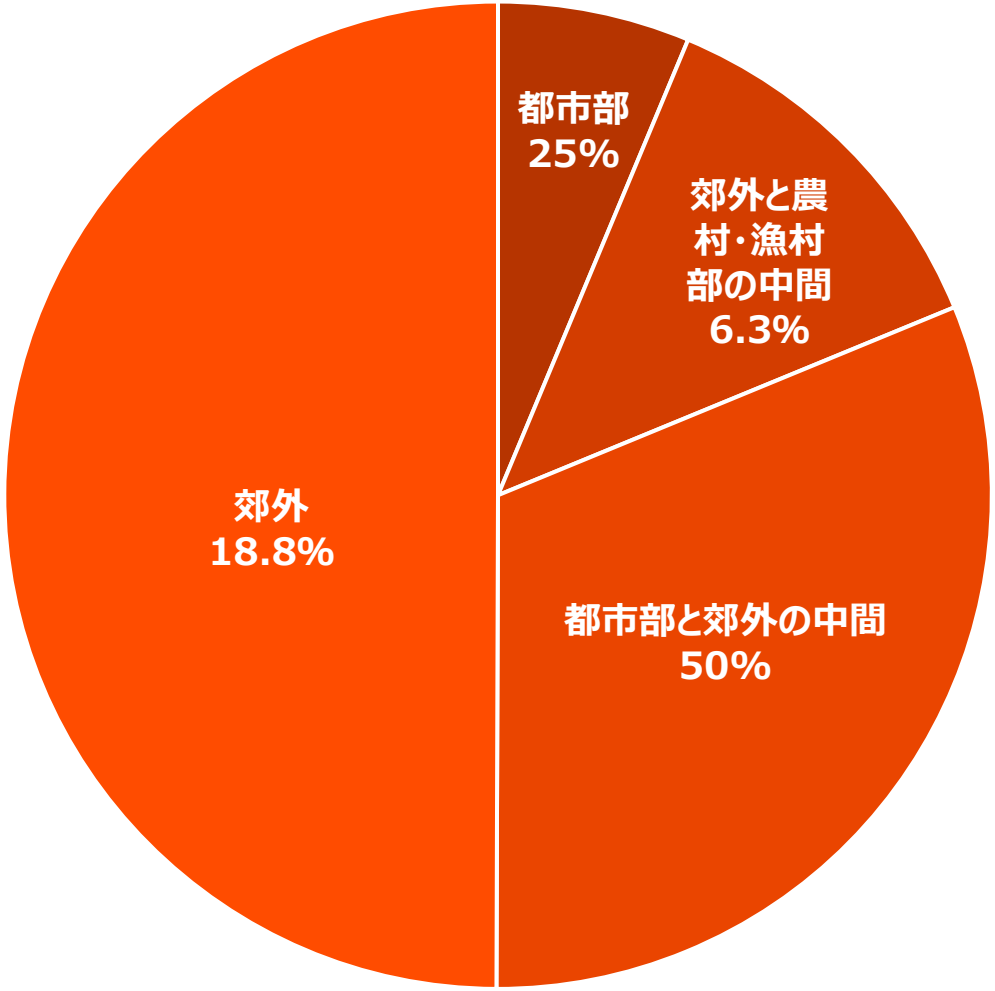
2）今回のプログラムが「ライフデザイン」に初めて取り組む機会ですか？

n=16



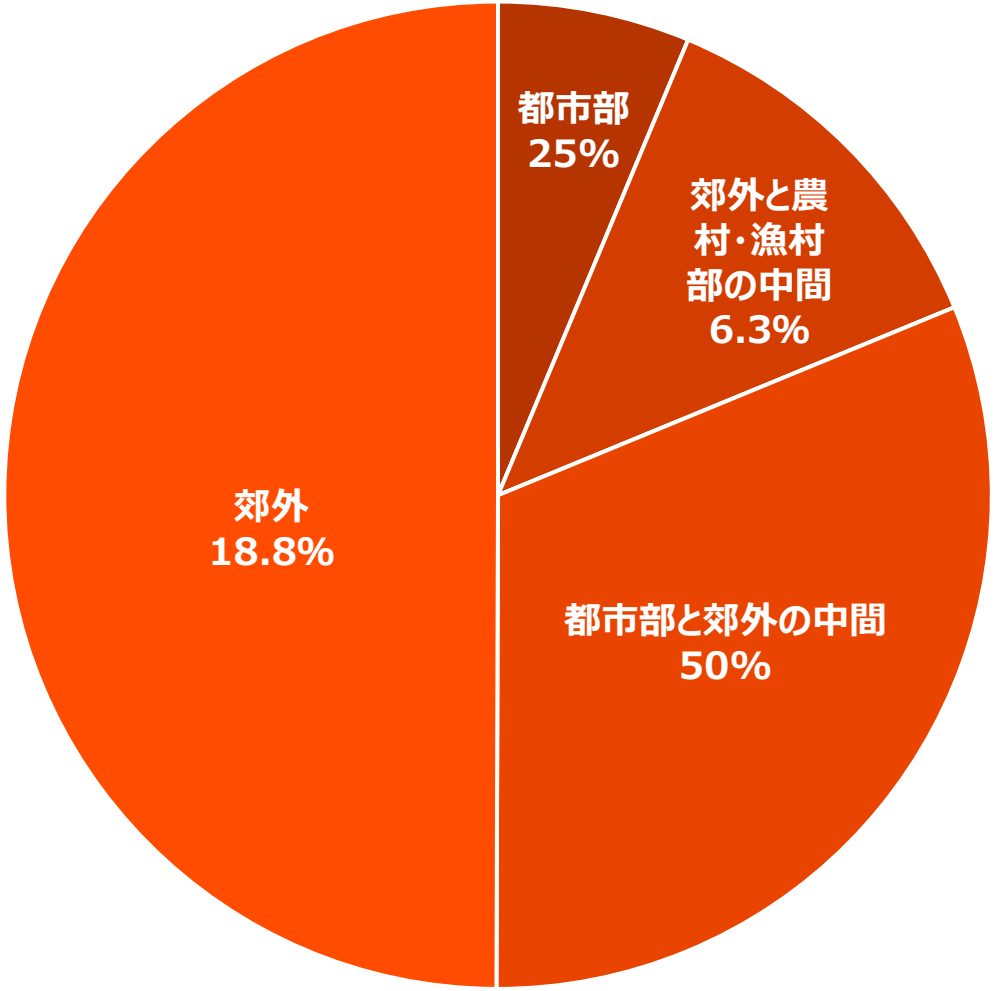
3）自分のライフデザインは明確だと感じますか？

n=16



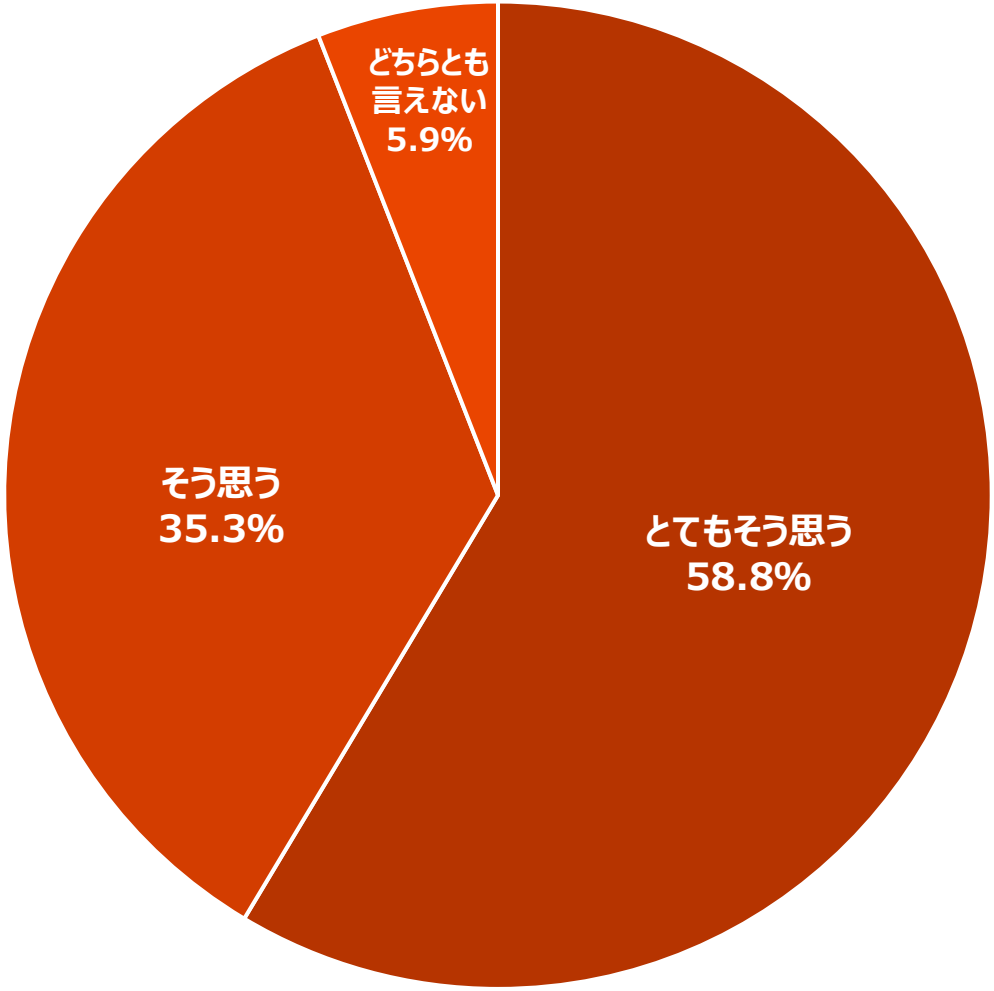
5）将来に対する不安を感じていますか？

n=16



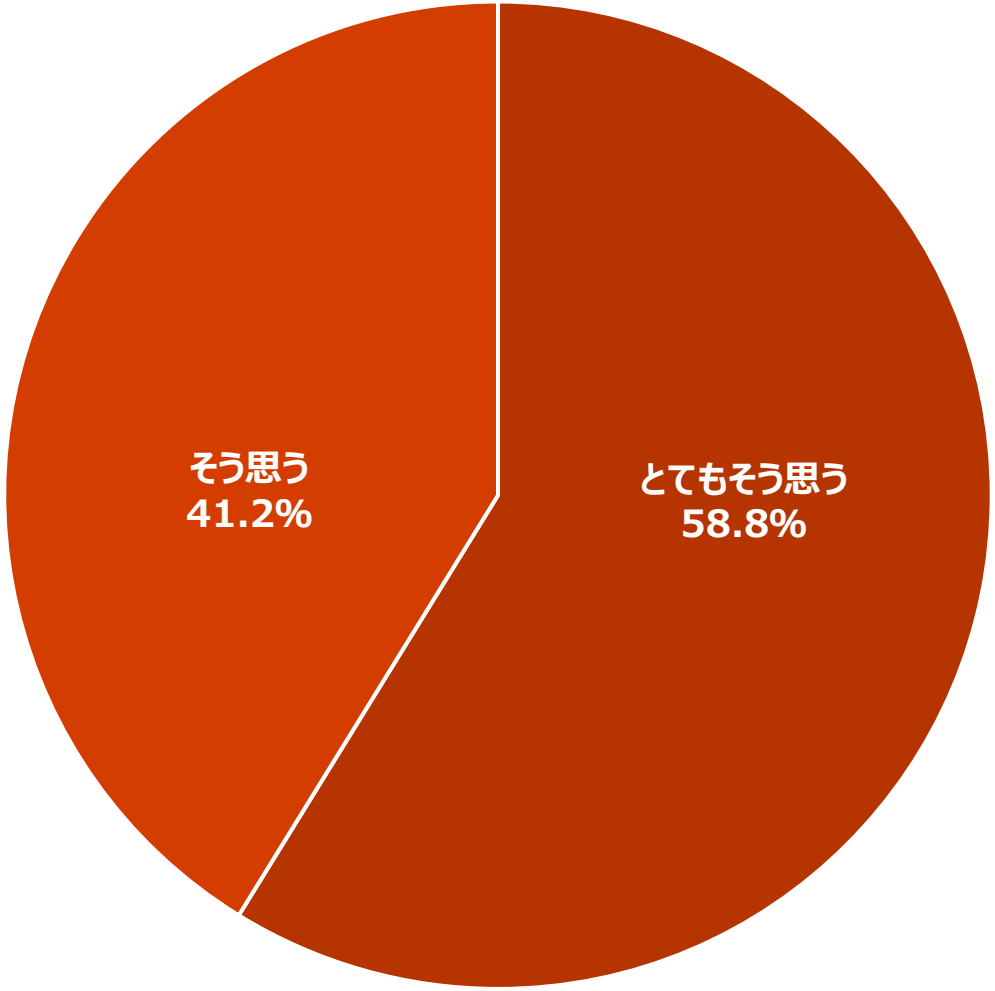
6）将来にはいろんな選択肢や可能性があると思いますか？

n=16



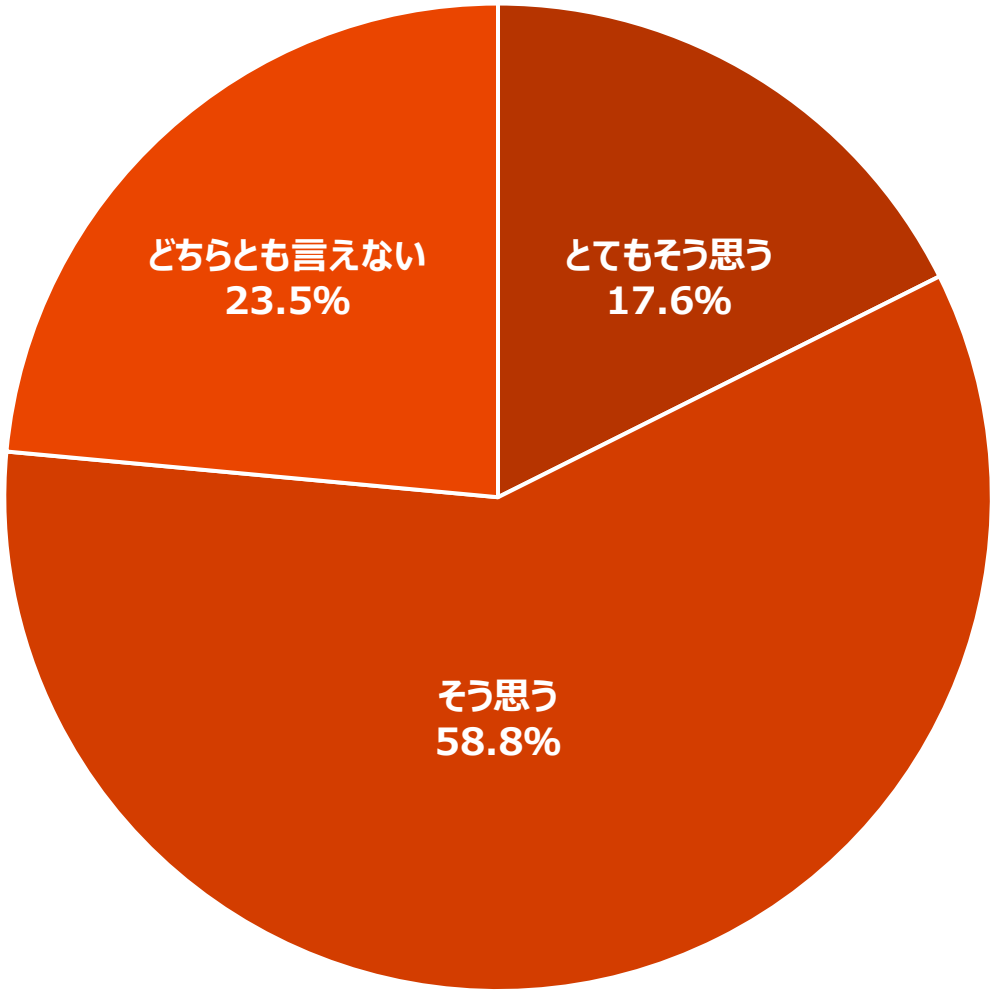
7）「自分の理想とする将来」に向けて行動したい気持ちがありますか？

n=16



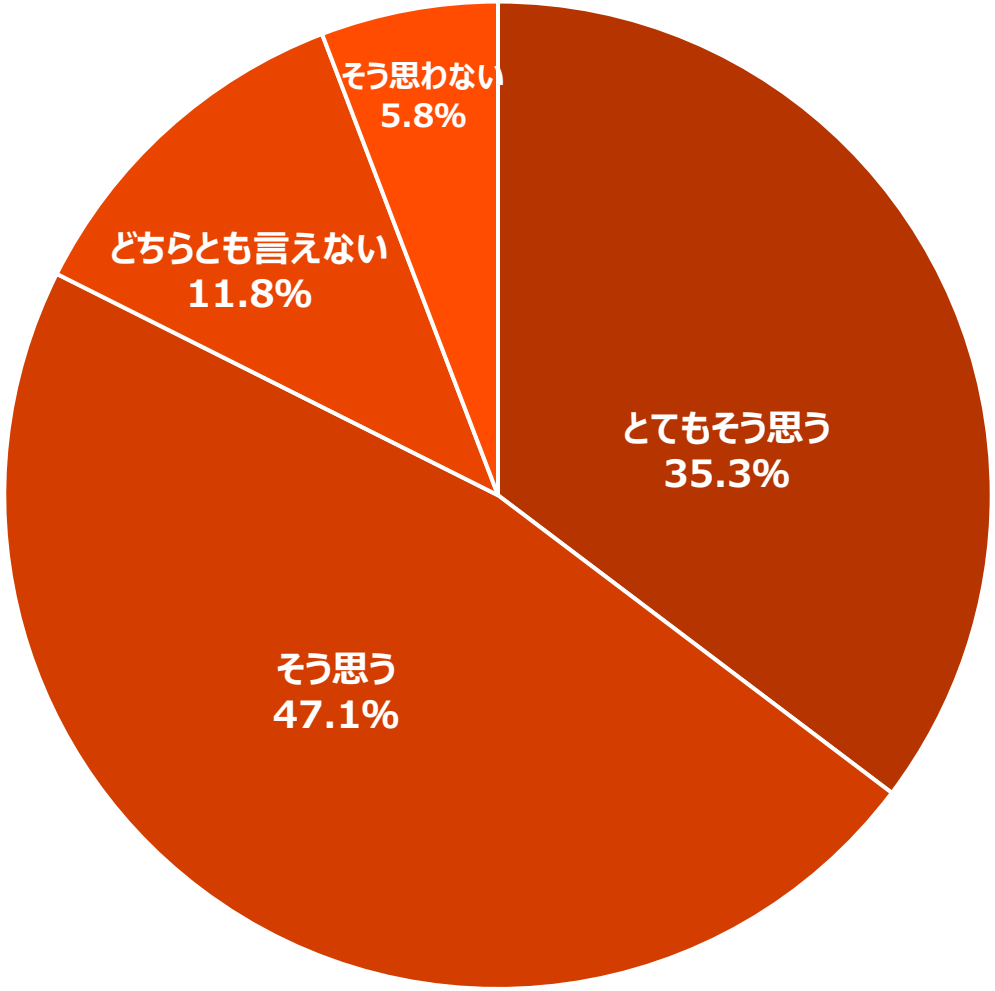
8）日々の生活の中で満足感や幸福感を感じていますか？

n=16



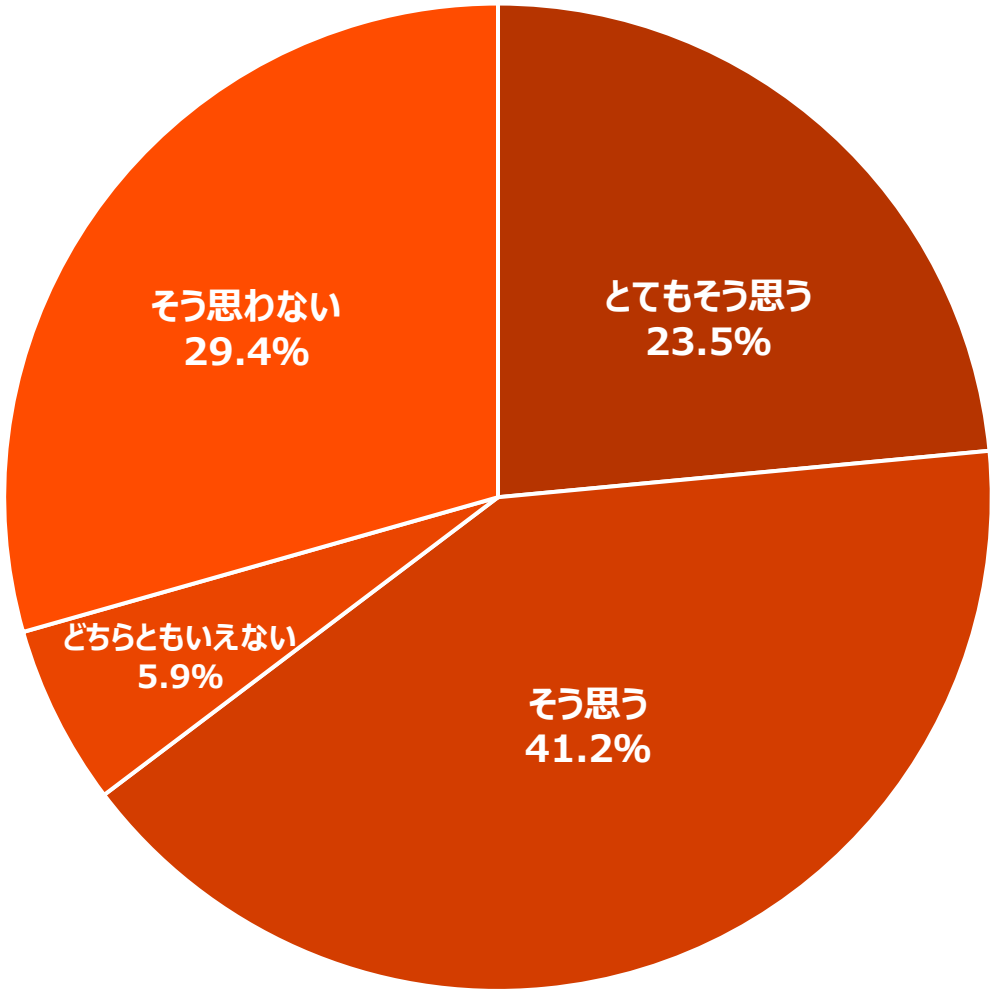
9）新しい知識や情報を積極的に学びたいと思うことが多いですか

n=16



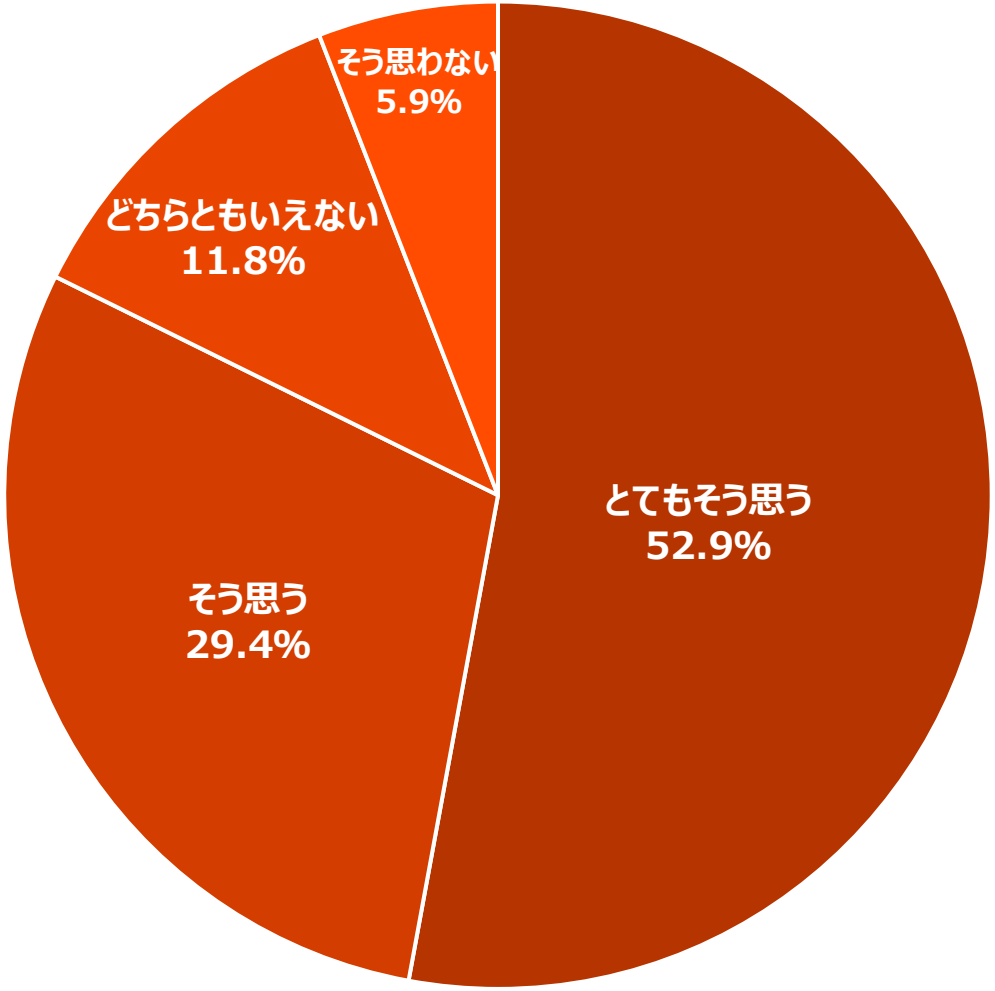
10）自分は学ぶ理由が明確だと思いますか？

n=16



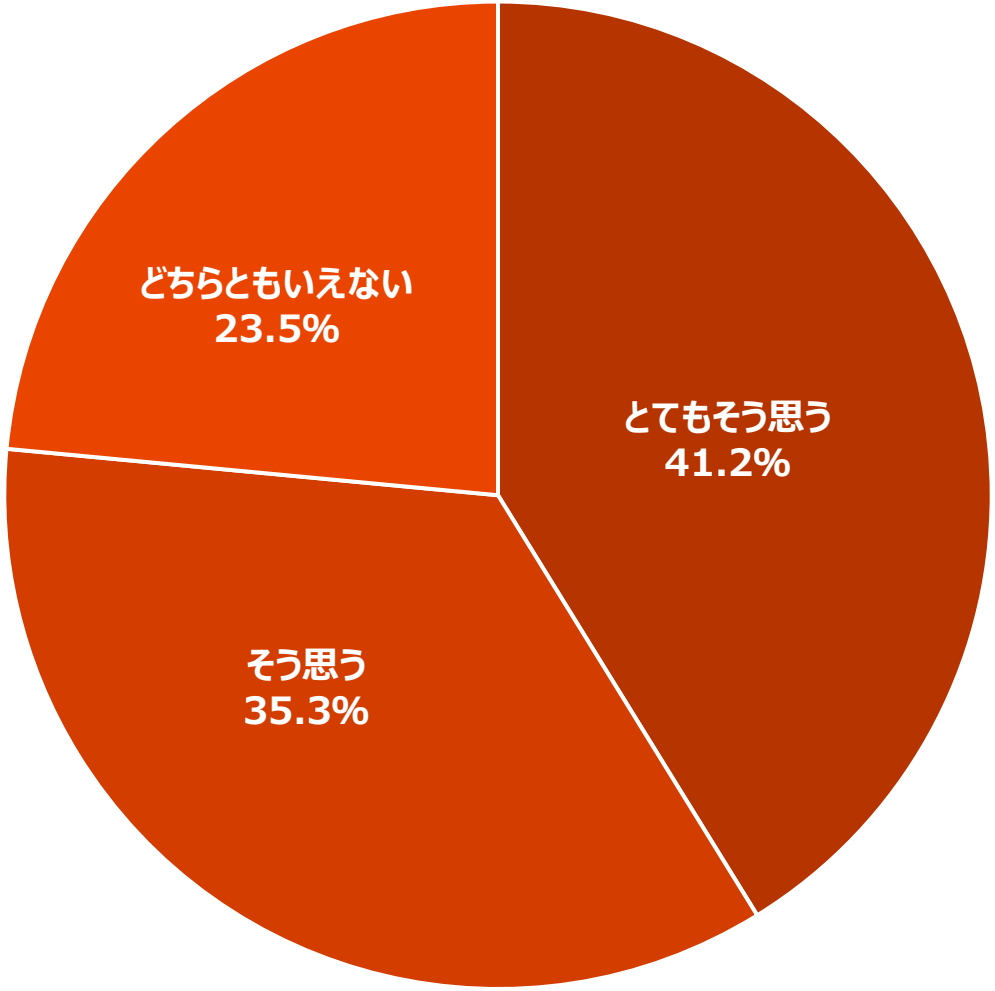
11）ライフデザインは自分にとって意味があると思いますか？

n=16



12）ライフデザインを友人や家族にも勧めたいと思いますか？

n=16



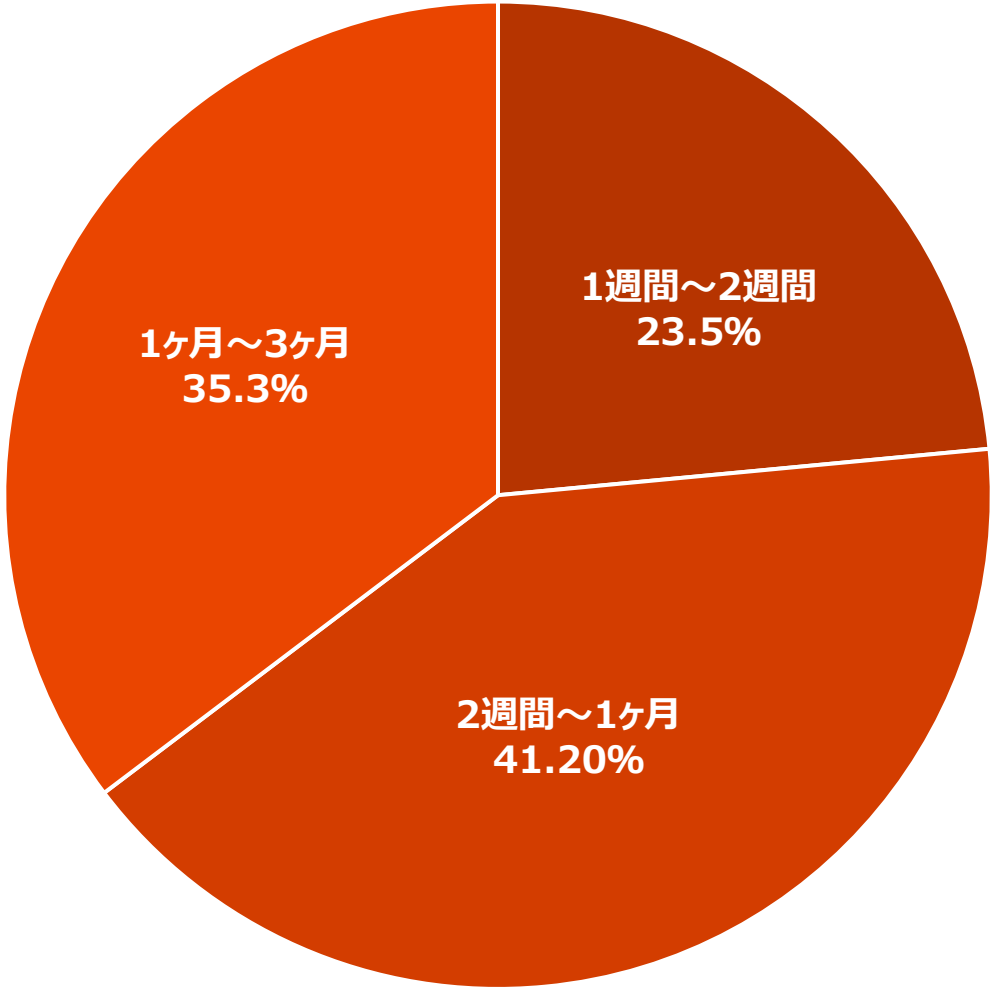
13）「探究ラボ in Odawara」を通して学びたいことや経験したいことを教えてください。

- 将来が曖昧で、何も掴めていない状況なので、それを変えるきっかけなどを体験したいです。
- いろいろな大人から仕事について聞きたいです。
- 色々な人のライフスタイルや経験などを聞くことで、自分のこれからの人生設計に活かしていきたいです。また、推薦受験では大学の志望理由とやりたいことや将来の仕事などについては考えましたが、人生全体のライフスタイルは初めて考えるため、今の価値観でじっくり考えて将来見直した時に比較できるようにしたいです。
- 自分のライフデザインを立てていくなかで、自分についての分析をしたいです。
- 自分の将来について、いつ何をしたいのか、その中で自分が何を重要視しているのかなどを明確にしたいです。
- 多様な大人に触れて自分の可能性を広げることを期待しています。自分を知ると共に自分にはない他の人の価値観に触れて自分の糧としたいです。
- たくさんの知識を色んな視点から見て経験したいです。
- 今回は、大人達の経験を知り、自分の今後の生き方やライフスタイルを固めて行きたいです！
- ライフデザインをするのは初めてなので、友達と一緒に考えられるくらい深堀したい。
- 自分の将来や25歳の自分を具体的に想像しながら、価値観や理想像を言語化できるよつになりたいです。
- 将来のことについていろんな人がどんな生き方をしているのかが知りたいです。
- 将来像を明確にしたい、他の人の考え方や生き方が知りたいです。
- 働いている大人の価値観を知りたいです。

3.事後アンケート

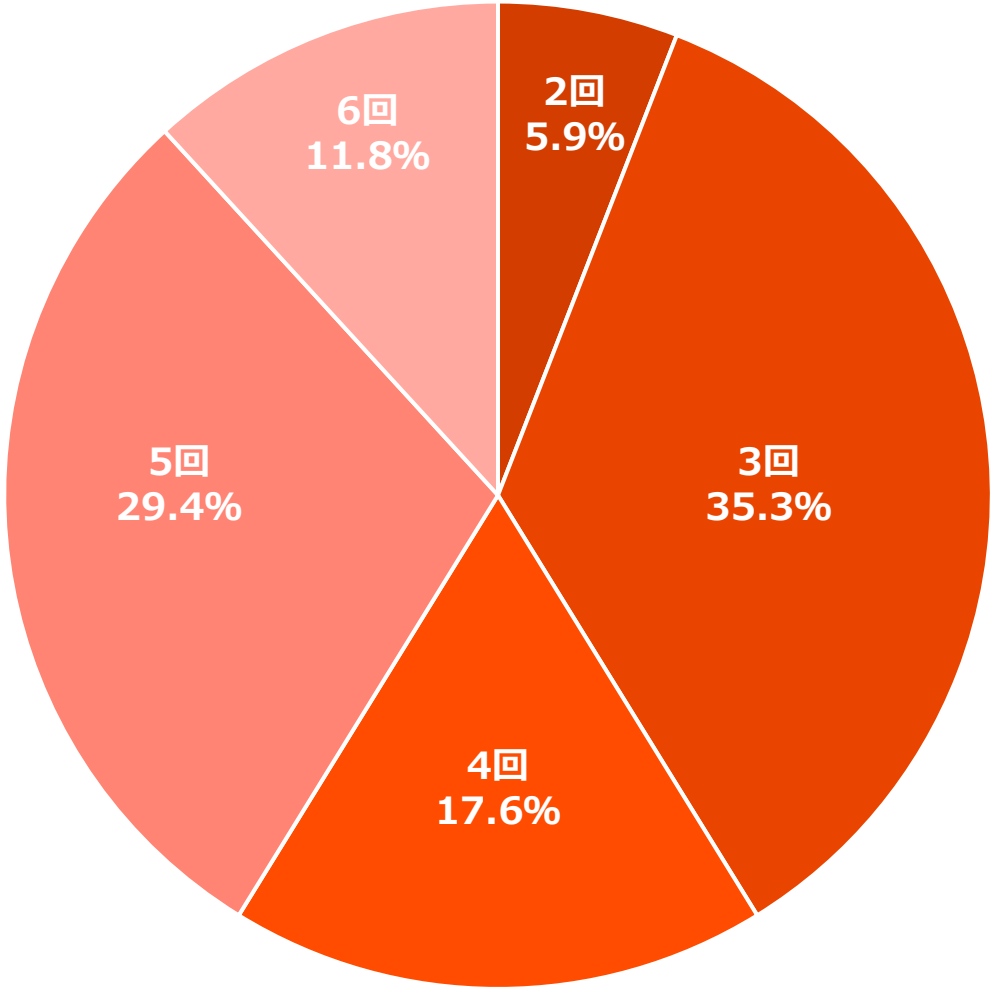
1)「探究ラボ in ODAWARA」に参加した期間を教えてください。

n=16



2)「探究ラボ in ODAWARA」のワークには何回参加しましたか？

n=16



3)参加したプログラムの提供形態を教えてください（複数選択）

n=16

提供形態	人数	割合
ワークショップ	12人	70.6%
コーチング	5人	29.4%
セミナー・講演	2人	11.8%
ヒアリング・カウンセリング	2人	11.8%
インタビュー	1人	5.9%
eラーニング	0人	0%
自己学習ツール（eラーニングを除く）	0人	0%
擬似体験・シミュレーション	0人	0%

3.事後アンケート

4)プログラムで得たライフデザインの情報についてすべてお選びください　n=16

項目	人数	割合
生き方の多様性	14人	82.4%
ライフイベント	14人	82.4%
働き方の多様性	12人	70.6%
ライフスタイル・暮らし方	12人	70.6%
自己認知、自己理解、自己肯定、 自己決定力、自己効力感	9人	52.9%
私生活の充実	8人	47.1%
ライフとキャリアの両立	8人	47.1%
協調性・関係構築力・ 他者受容性・コミュニケーションスキル	7人	41.2%
レジリエンス、課題解決力、情報収集能力、 向上心・探究心、 ホープ（未来志向で今を考える力）	7人	41.2%
自立した自身のライフに対する 総合的なプランニング・デザインスキル	5人	11.8%
アンガーマネジメント、 モチベーションマネジメント、継続力・持続力	4人	23.5%
こころとからだの健康	4人	23.5%

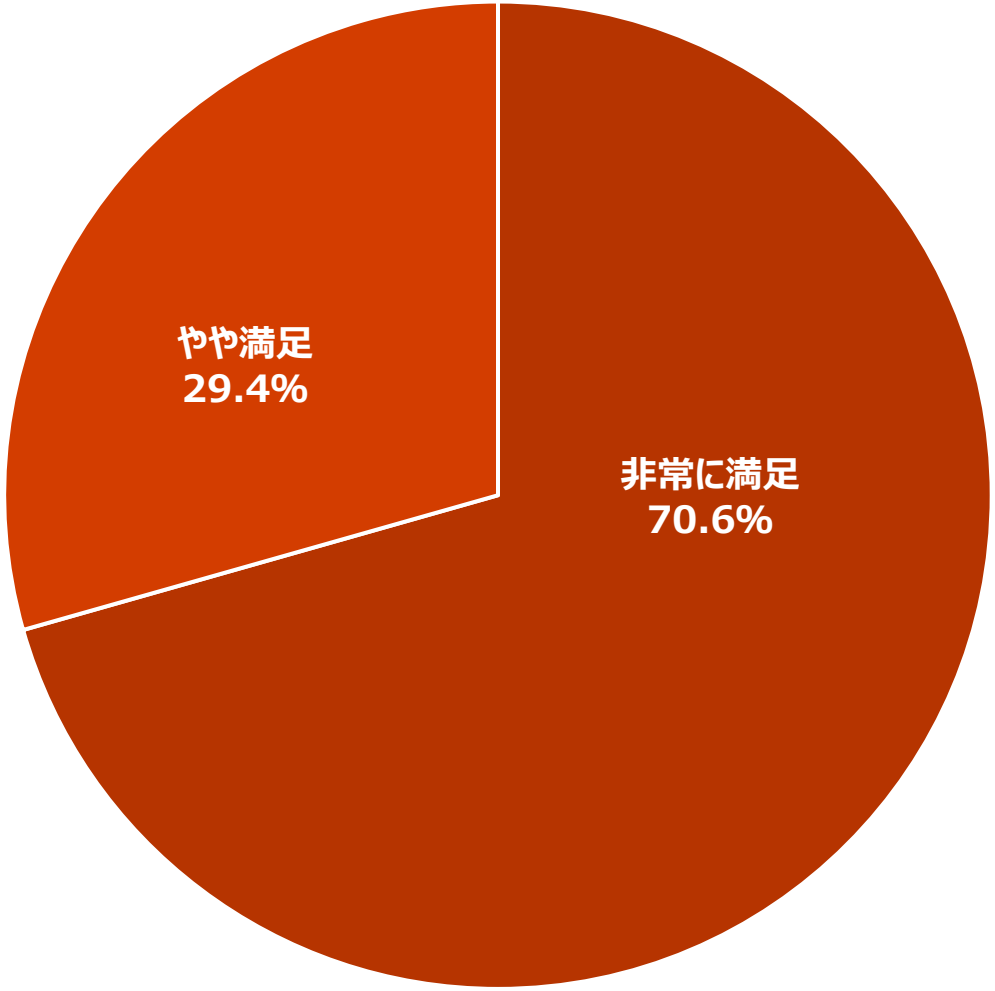
3.事後アンケート

4)プログラムで得たライフデザインの情報についてすべてお選びください　n=16

項目	人数	割合
社内でのキャリアプラン・キャリアパス	3人	17.6%
出会い・結婚	3人	17.6%
デジタルツール活用スキル ・プロジェクト管理スキル	2人	29.4%
リスキニング・学びなおし	2人	11.8%
社外でのキャリアプラン・キャリアパス	1人	5.9%
育児	1人	5.9%
家事	1人	5.9%
ウェルビーングの向上	1人	5.9%
公的な経済支援	1人	5.9%
介護	0人	0%
妊活・妊娠・出産	0人	0%
ファイナンシャルプラン	0人	0%
税制・制度	0人	0%
資産形成・資産運用	0人	0%

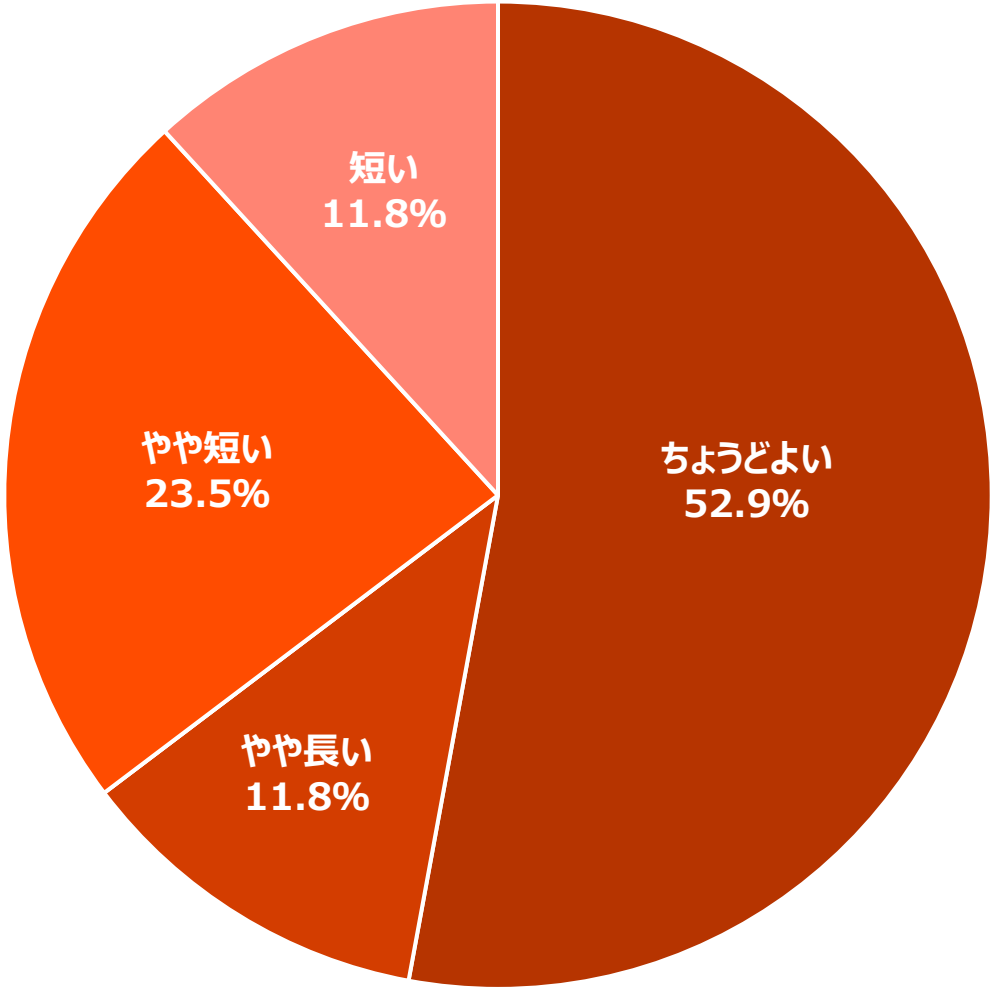
5）参加したプログラムについて満足度はいかがでしたか

n=16



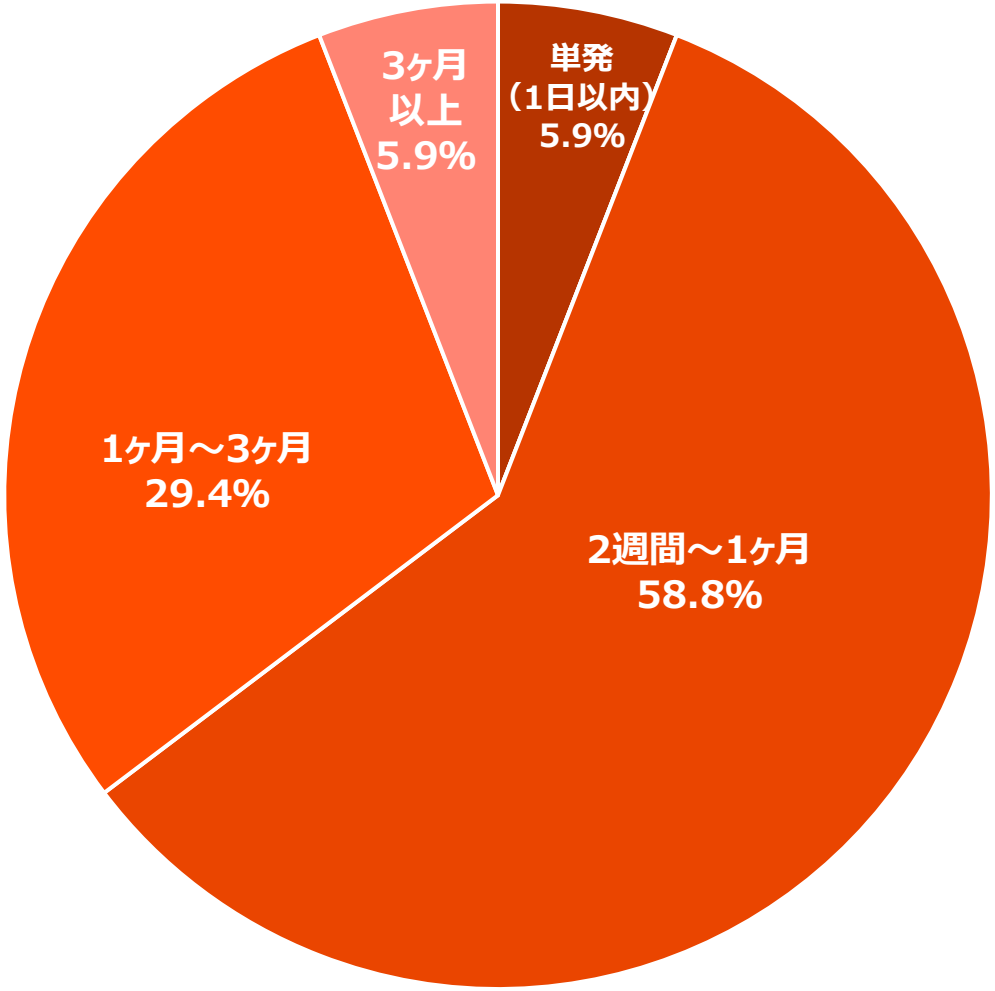
6）参加したプログラムの期間（回数・プログラム全体の長さ・時期）はどう感じましたか？

n=16



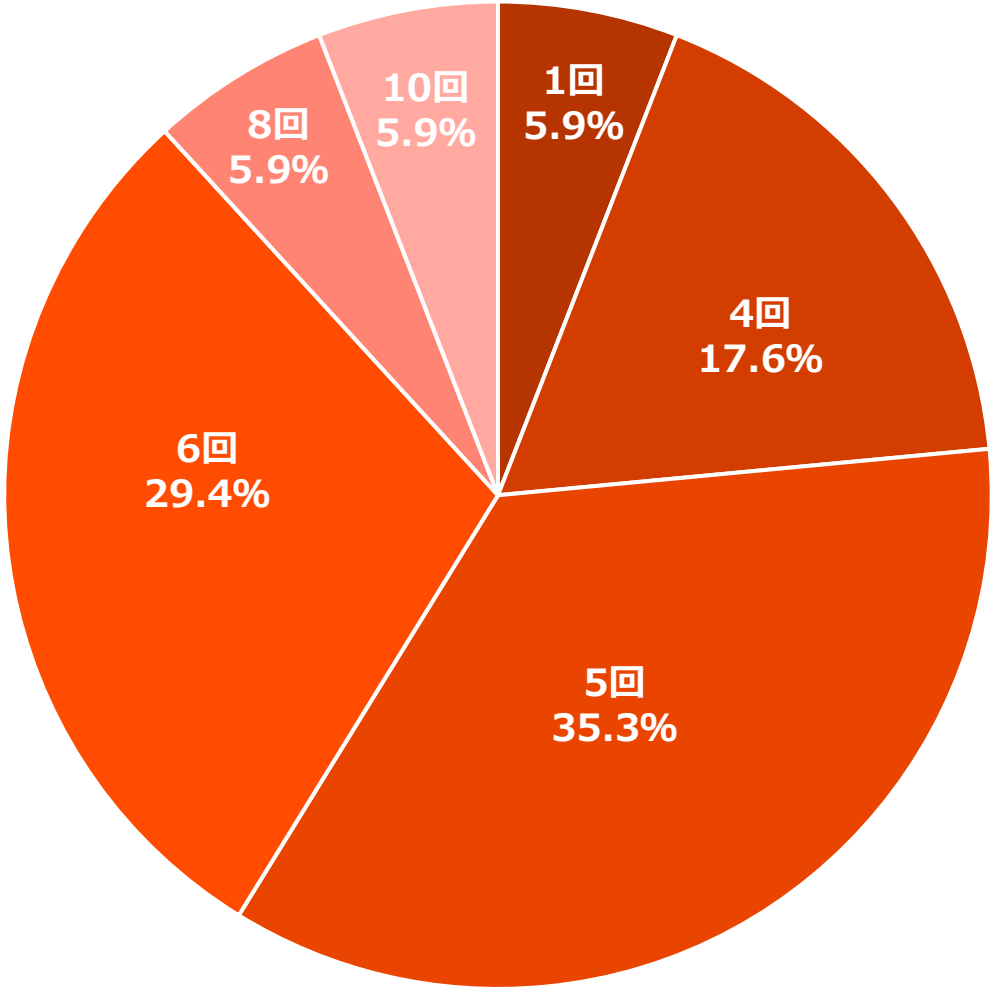
7） 理想的だと思うプログラムの期間を教えてください。

n=16



8）理想的だと思うライフデザインのプログラムの回数を教えてください。

n=16



3.事後アンケート共通

9）理想的だと思うプログラムの提供形態を教えてください

n=16

提供形態	人数	割合
ワークショップ	14人	87.5%
擬似体験・シミュレーション	7人	41.2%
コーチング	5人	29.4%
ヒアリング・カウンセリング	4人	23.5%
セミナー・講演	3人	17.6%
自己学習ツール（eラーニングを除く）	2人	11.8%
コンテスト	1人	5.9%
eラーニング	0人	0%

10）理想的だと思う、プログラムで得たいライフデザインの情報についてすべてお選びください

n=16

項目	人数	割合
働き方の多様性	13人	76.5%
ライフイベント	13人	76.5%
生き方の多様性	12人	70.6%
私生活の充実	12人	70.6%
自己認知、自己理解、自己肯定、 自己決定力、自己効力感	11人	64.7%
ライフとキャリアの両立	11人	64.7%
ライフスタイル・暮らし方	10人	58.8%
レジリエンス、課題解決力、情報収集能力、 向上心・探究心、ホープ（未来志向で今を考える力）	10人	58.8%
協調性・関係構築力・ 他者受容性・コミュニケーションスキル	9人	52.9%
働き方の多様性	13人	76.5%
ライフイベント	13人	76.5%
生き方の多様性	12人	70.6%
私生活の充実	12人	70.6%
自己認知、自己理解、自己肯定、 自己決定力、自己効力感	11人	64.7%
ライフとキャリアの両立	11人	64.7%
ライフスタイル・暮らし方	10人	58.8%
協調性・関係構築力・ 他者受容性・コミュニケーションスキル	9人	52.9%

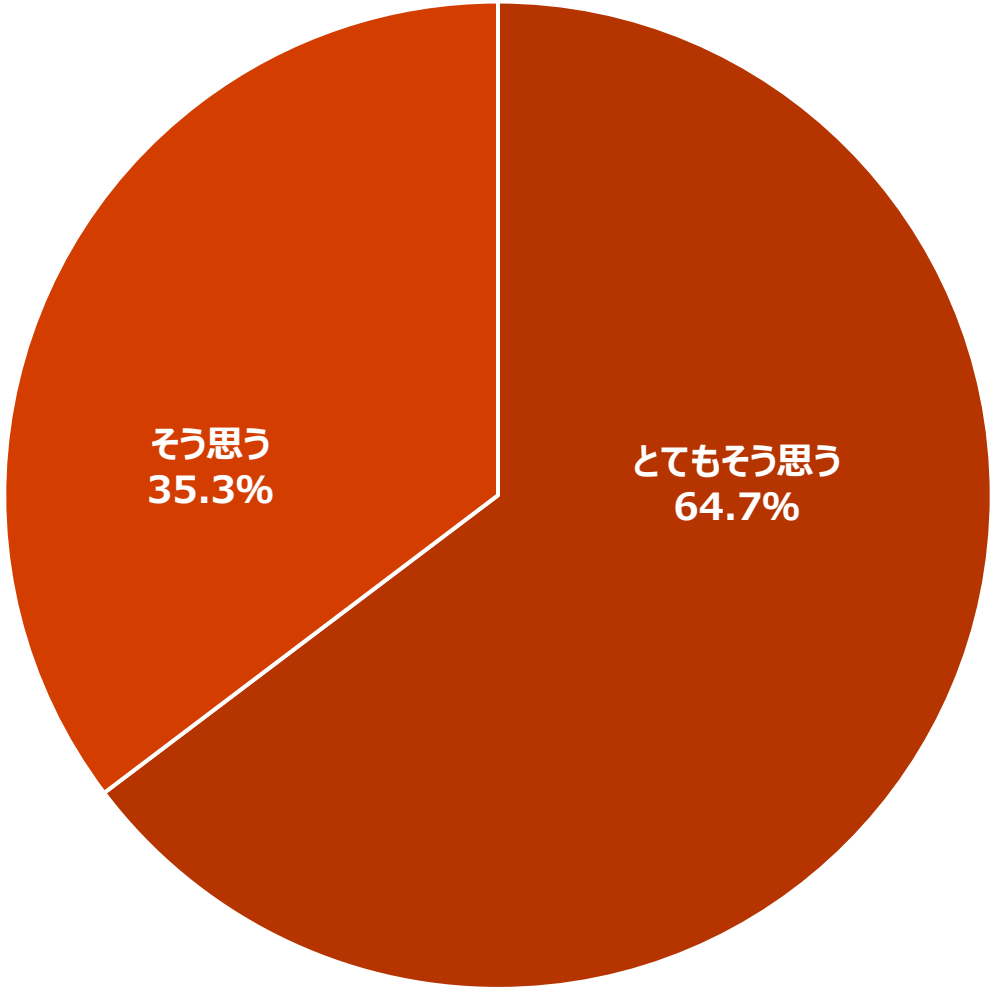
10）理想的だと思う、プログラムで得たいライフデザインの情報についてすべてお選びください

n=16

項目	人数	割合
社外でのキャリアプラン・キャリアパス	9人	52.9%
社内でのキャリアプラン・キャリアパス	9人	52.9%
アンガーマネジメント、 モチベーションマネジメント、継続力・持続力	7人	41.2%
自立した自身のライフに対する 総合的なプランニング・デザインスキル	7人	41.2%
デジタルツール活用スキル ・プロジェクト管理スキル	7人	41.2%
リスキニング・学びなおし	7人	41.2%
こころとからだの健康	6人	35.3%
ウェルビーングの向上	5人	29.4%
家事	5人	29.4%
公的な経済支援	5人	29.4%
税制・制度	4人	23.5%
資産形成・資産運用	3人	17.6%
育児	2人	11.8%
出会い・結婚	2人	11.8%
ファイナンシャルプラン	2人	11.8%
介護	1人	5.9%
妊活・妊娠・出産	1人	5.9%

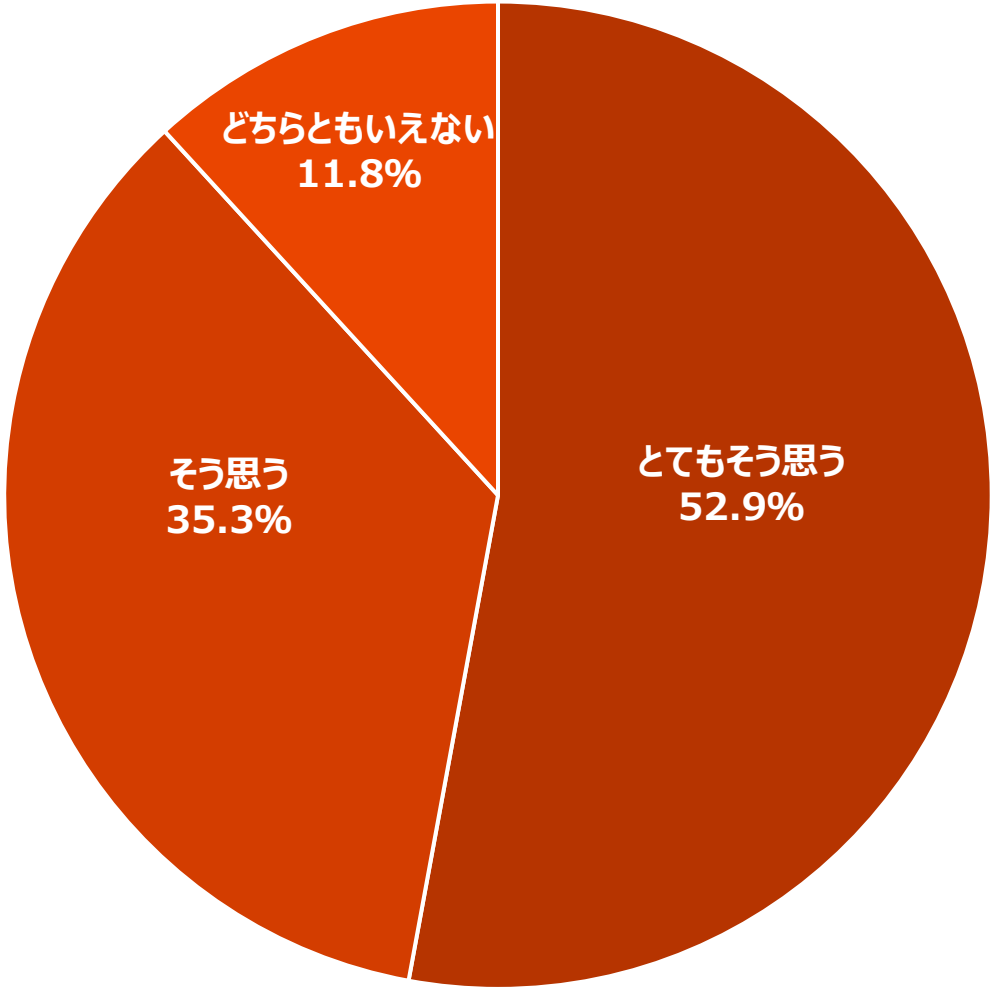
11）今回のプログラムを通して「ライフデザイン」への理解は深まりましたか

n=16



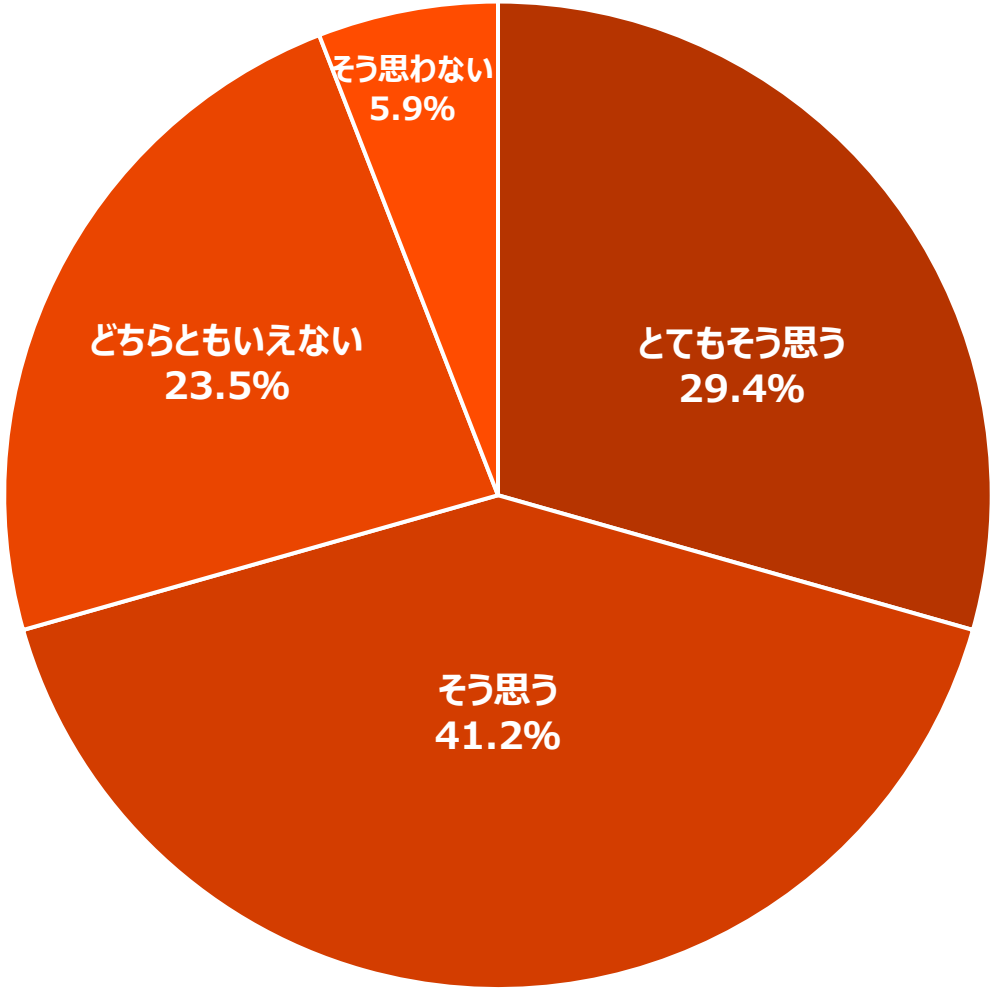
12)今回のプログラムを通して、自分のライフデザインが明確になったと感じますか

n=16



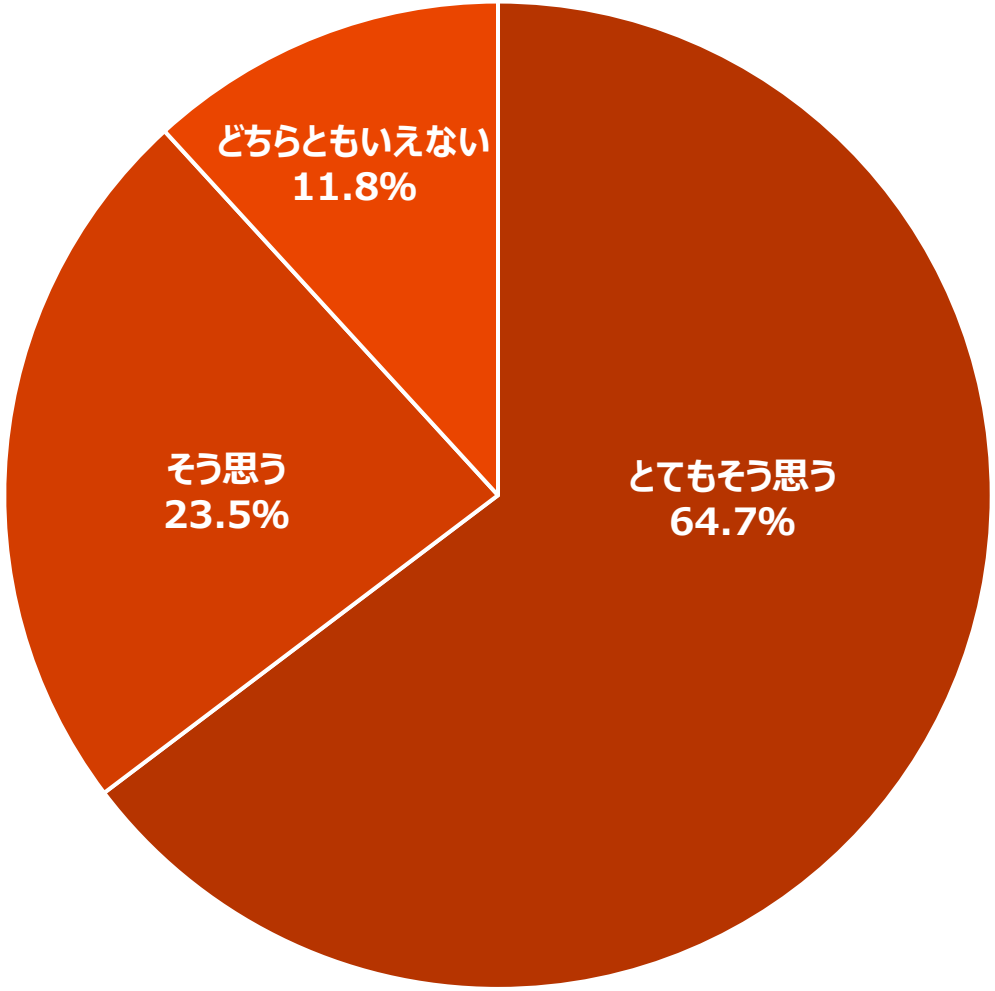
13)今回のプログラムを通して、将来に対する不安が軽減したと感じますか

n=16



14)今回のプログラムを通して、自分の将来の選択肢が増えたと感じますか

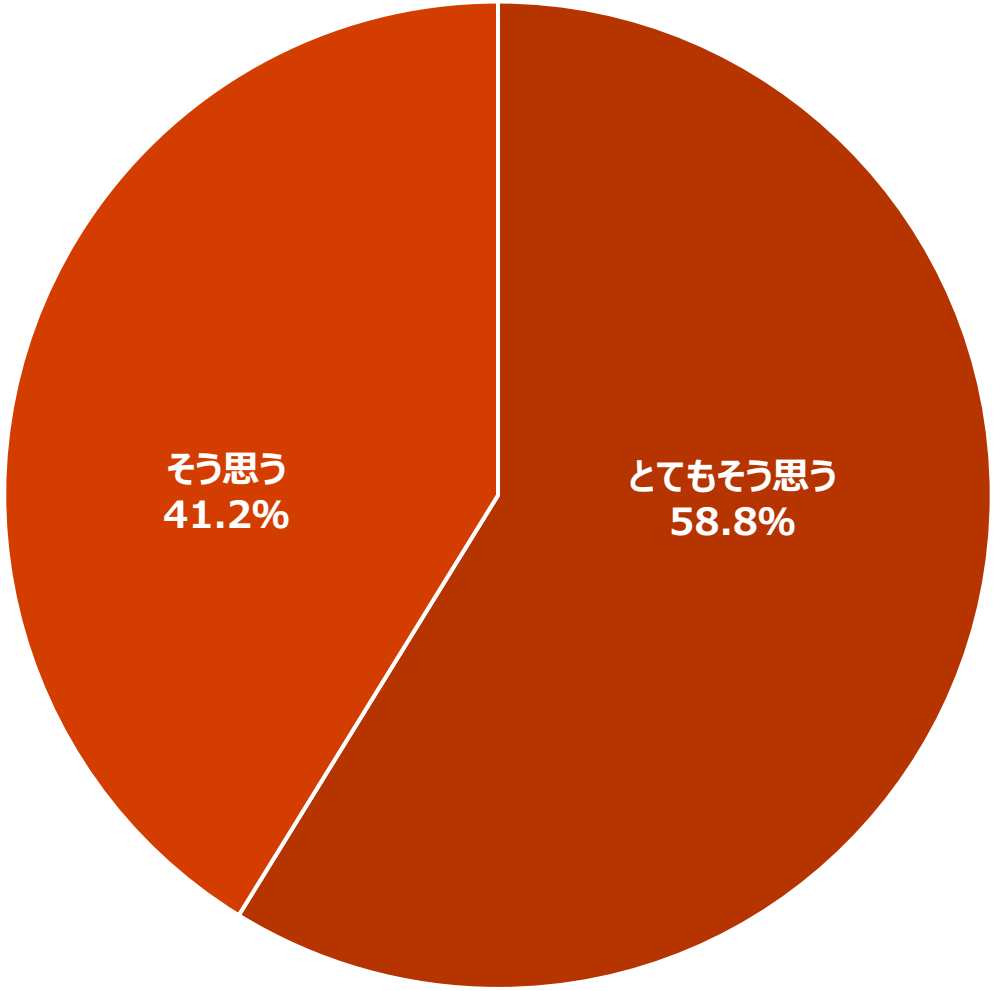
n=16



3.事後アンケート

15)今回のプログラムを通して、「自分の理想とする将来」の実現に向けて行動したいと思いましたか

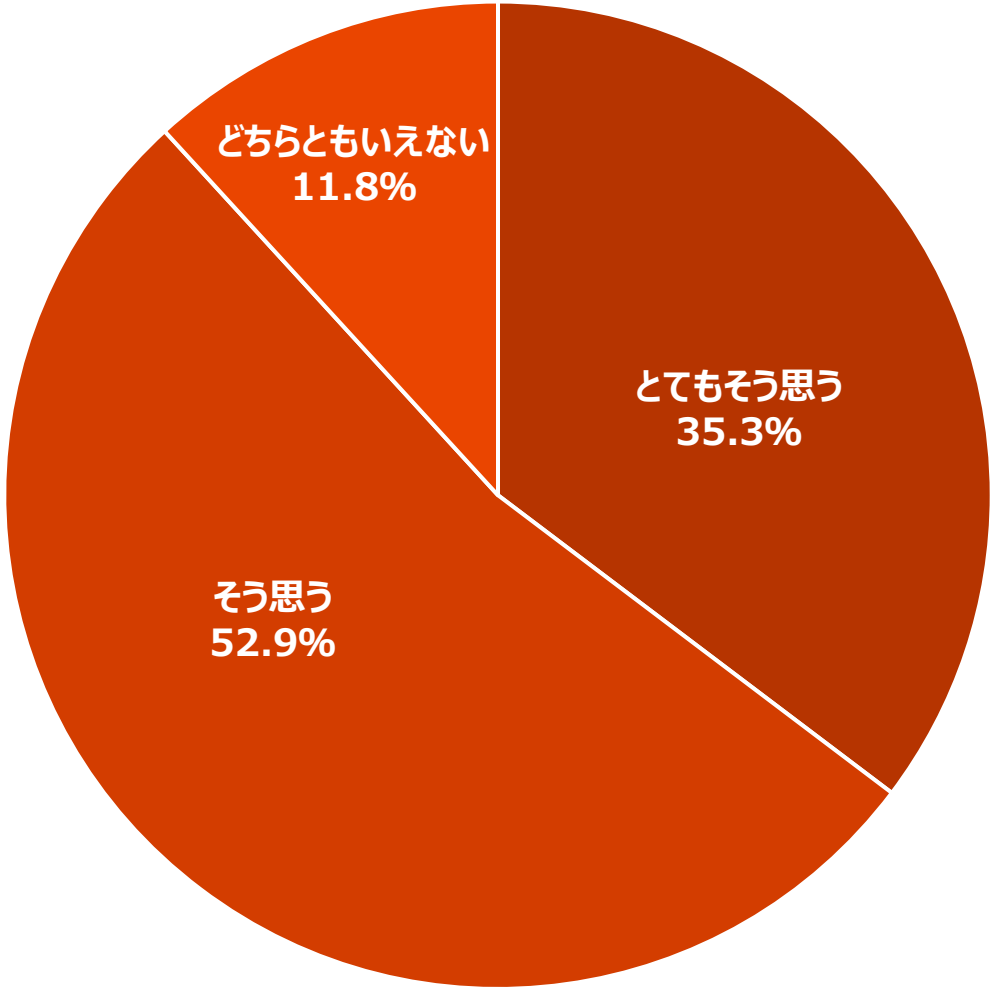
n=16



3.事後アンケート

16)今回のプログラムを通して、日々の生活の中での満足感や幸福感が向上したと感じますか

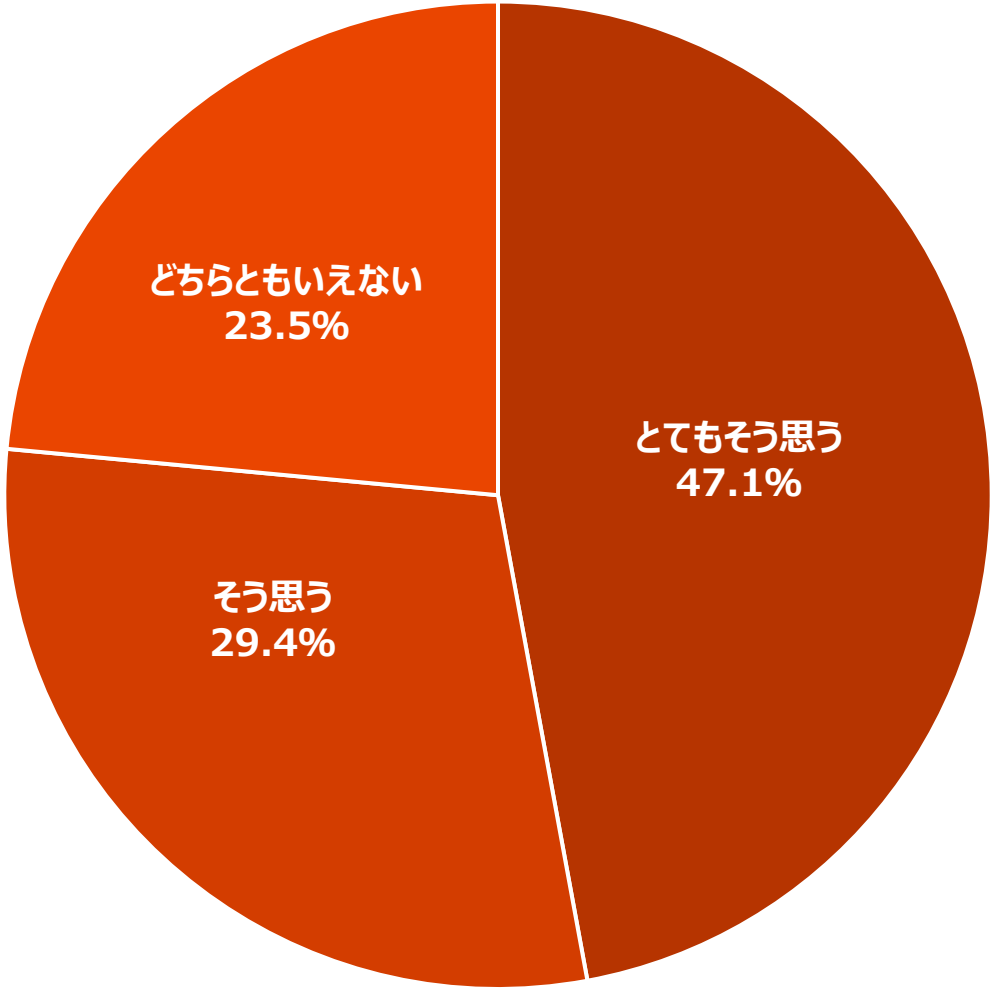
n=16



3.事後アンケート

17)今回のプログラムを通して、働く理由がより明確になったと感じますか

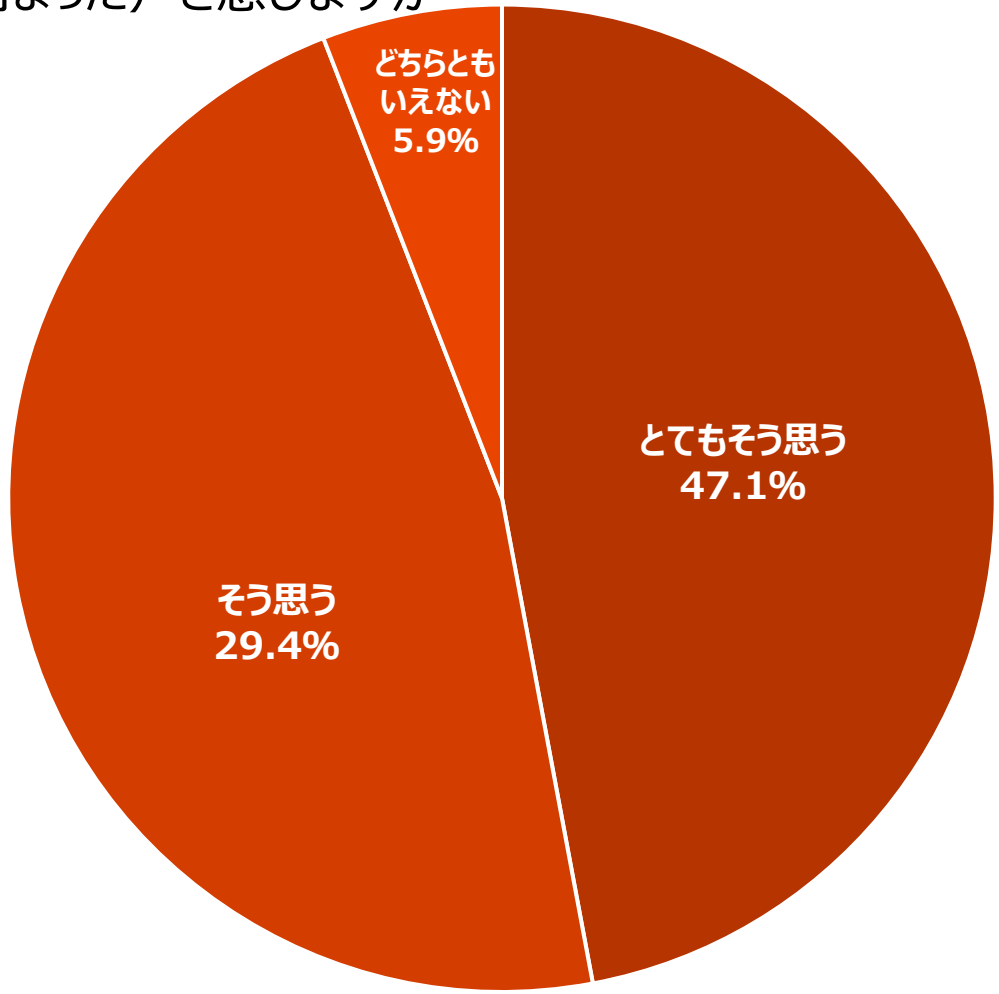
n=16



3.事後アンケート

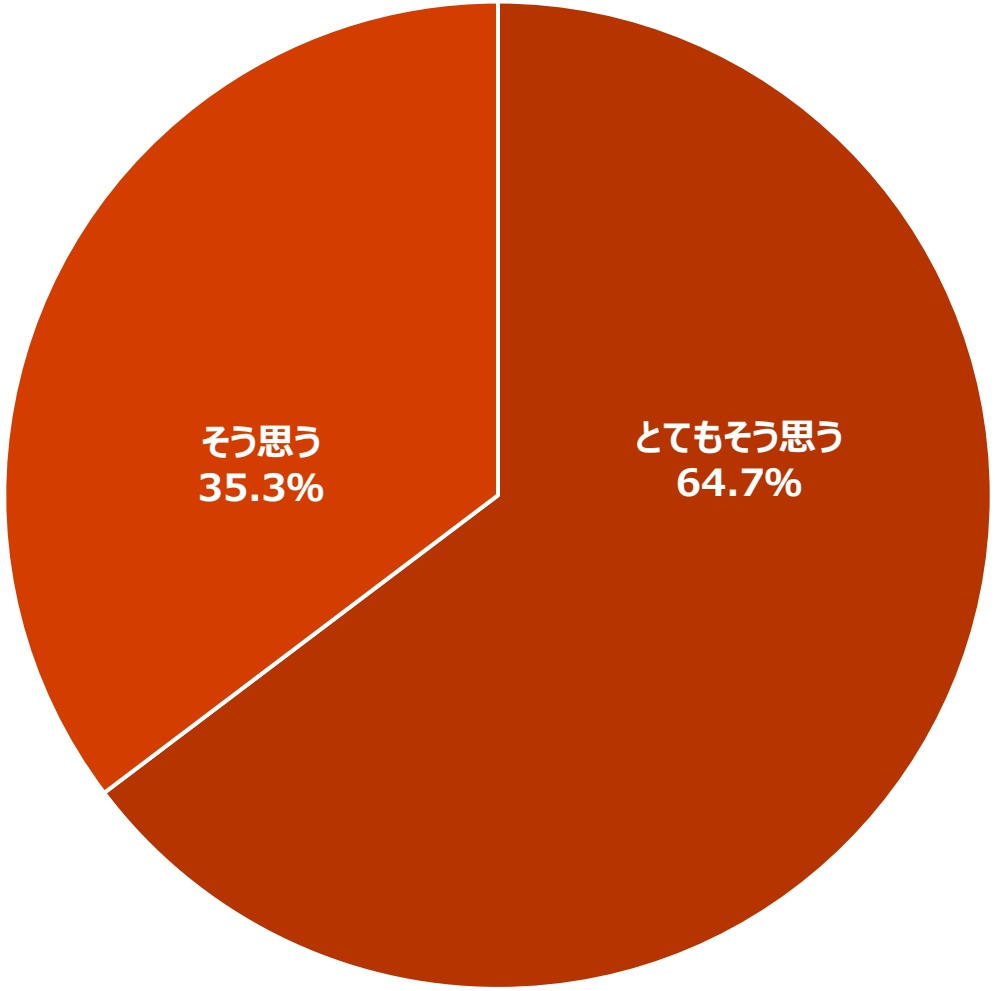
18)今回のプログラムを通して、自分は職場や仕事に対して前向きに取り組む意欲が高まった（エンゲージメントが高まった）と感じますか

n=16



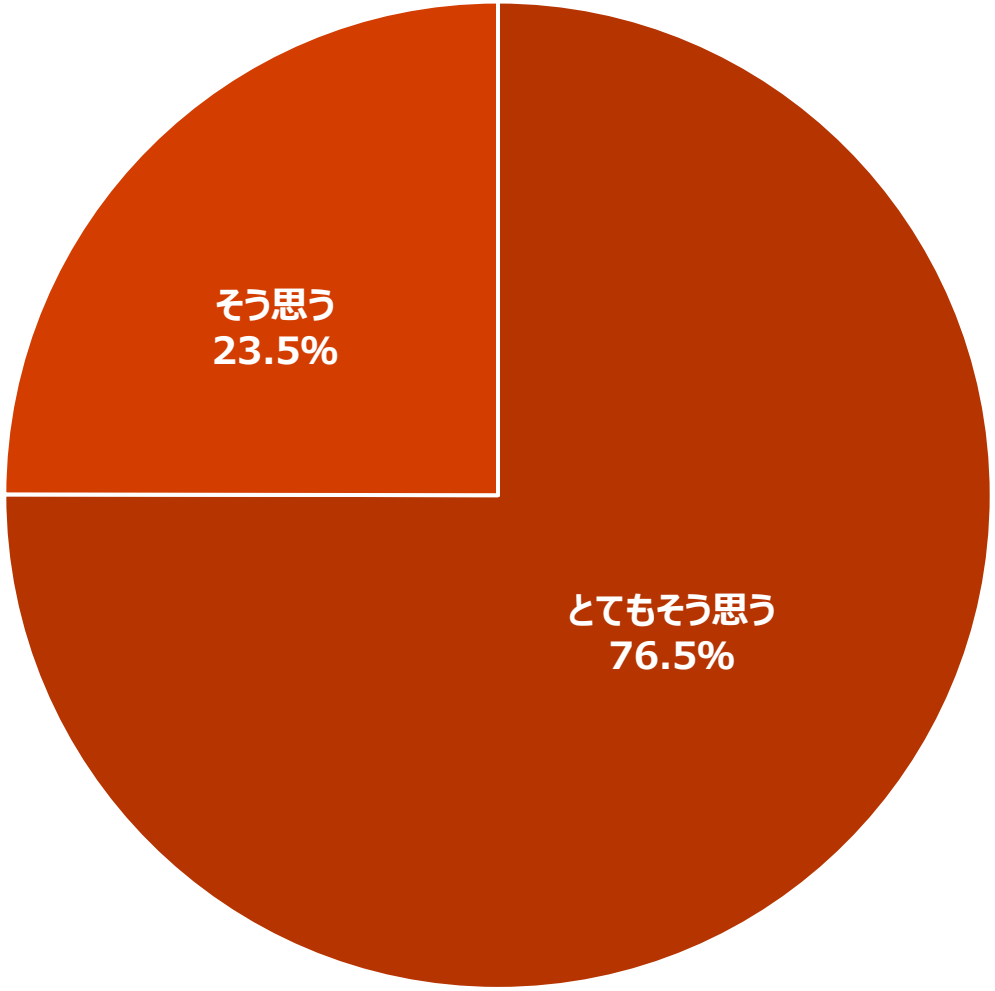
19)今回のプログラムを通して、学ぶ理由がより明確になったと感じますか

n=16



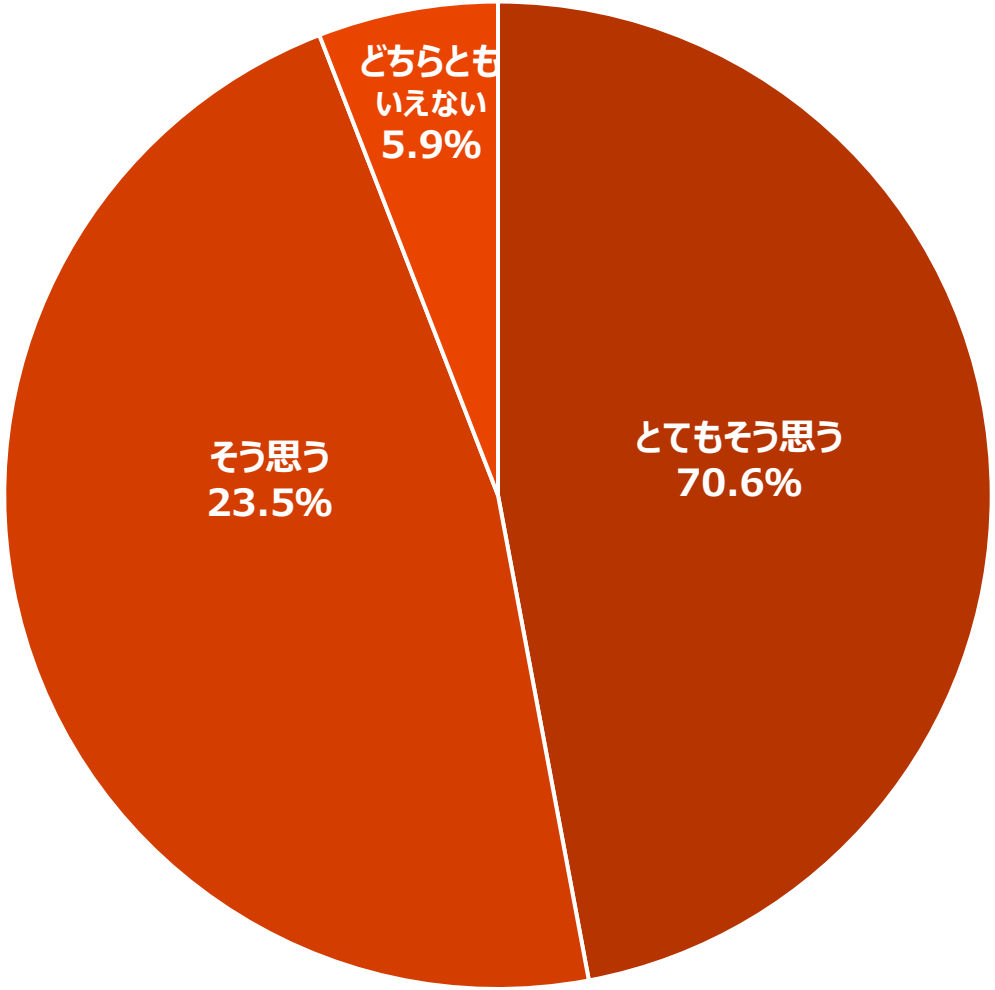
20)ライフデザインは自分にとって意味があると感じますか

n=16



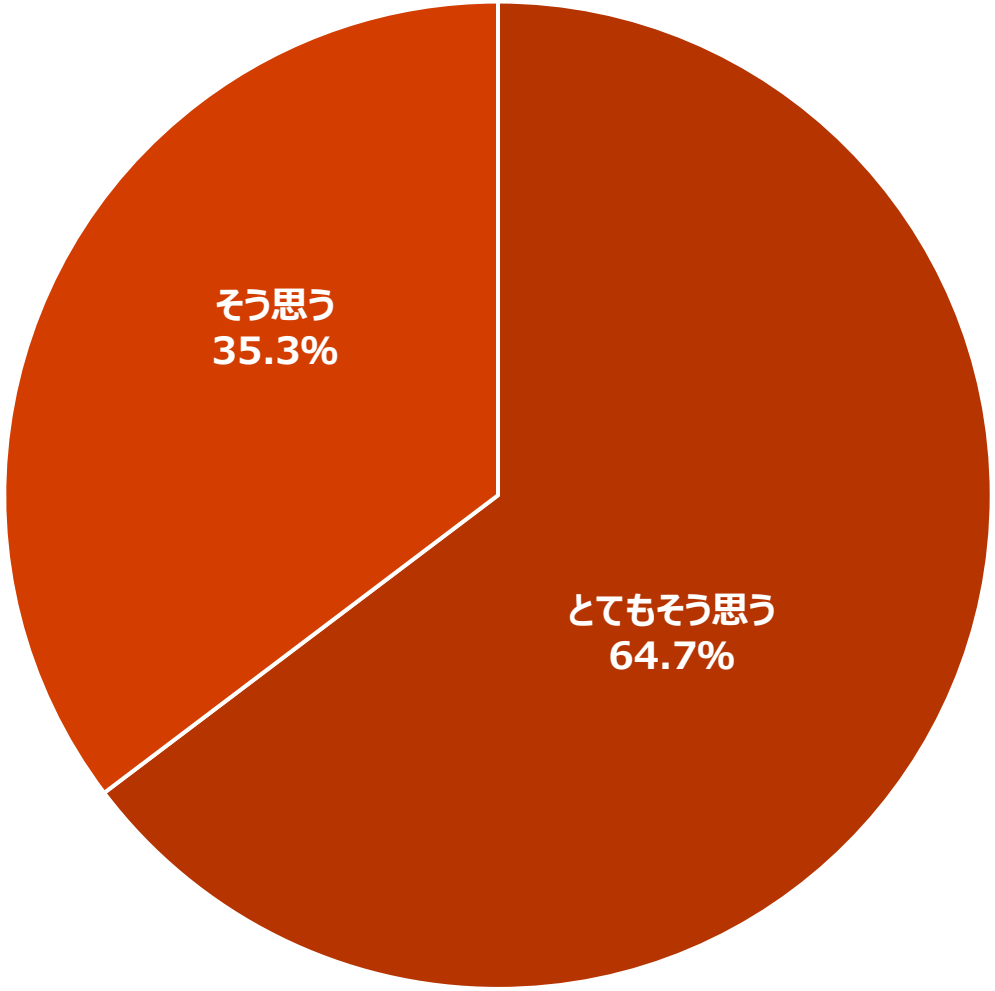
21)ライフデザインを友人や家族にも勧めたいと思いますか

n=16

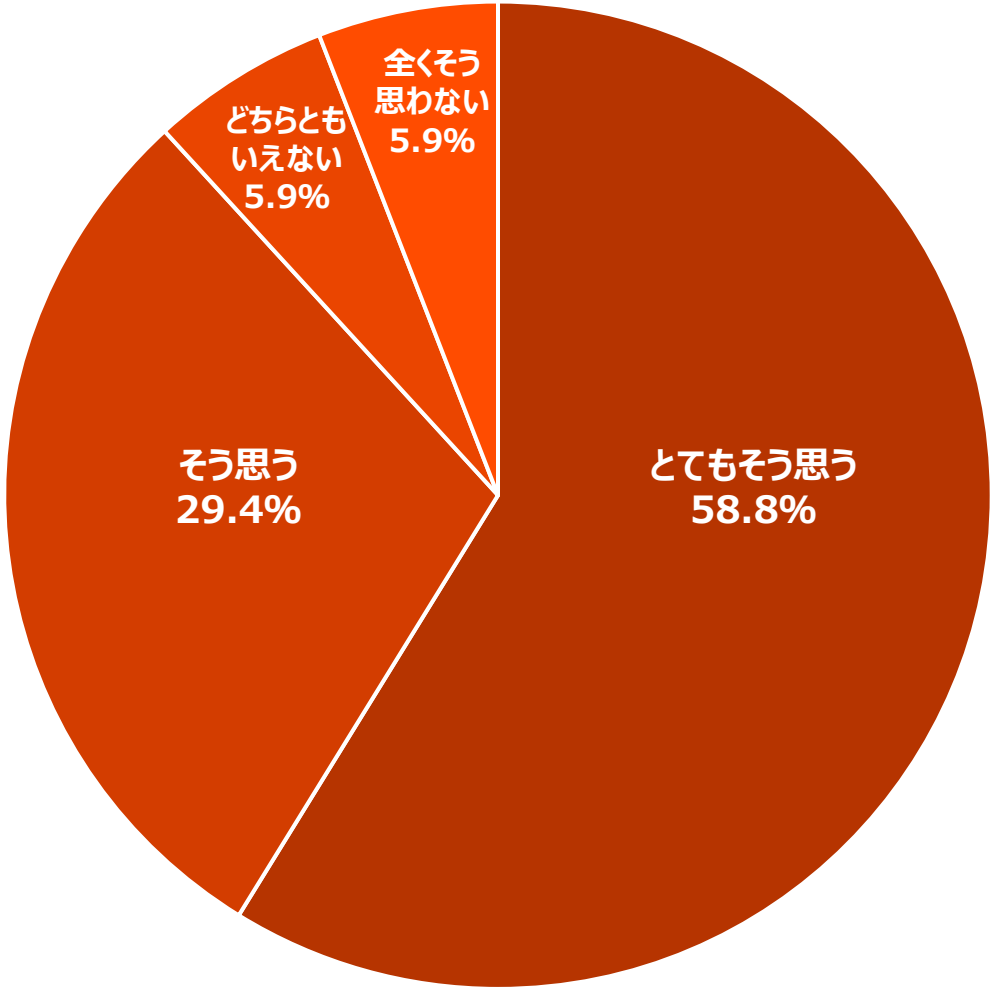


22)今後もライフデザインに関するプログラムが企業や学校・団体等から提供された場合に取り組みたいと思いますか

n=16



23)今後もライフデザインに関するプログラムに個人的に取り組みたいと思いますか　n=16



3.事後アンケート共通

24)「探究ラボ in Odawara」を通して得た気づきや学びがあれば教えてください

- 一生のライフプランを考えることも大事だけど、年齢を決めて深掘りする方がイメージしやすいと思いました。
- 自分の将来の選択肢は思っていた以上に存在し、進路を確定した後もたくさん迷って時には道を変えてもいいことを学ぶことができました。
- 様々な人の多様な生き方や暮らし方について、よく知ることができました。
- 今回、10年後や3年後等の未来を考える事で、今の現状に目を向けられたり、新しい目標を持つ事が出来ました！
- 私が思いつかないようなことがたくさんあり、私が思っているよりも世界はひろいのかもしれないと思いました。
- 将来のことを考えるまでは漠然とした不安があったけれど、今回自分の価値観や理想像を言語化することで、不安が軽減したと思います!
- おとなになってもやりたいことは増えるし、変えてもいいということがわかりました。
- いろんな暮らし方があることがわかりました。
- あまり考えてこなかった将来に向き合うことで、より明確に将来の図が見えました。
- 自分が思ったよりも、小さな幸福を重視しているということがわかりました。
- 25歳という年齢の捉え方は、人それぞれまた業種によって変わるものだということに気づけました。（例えば音楽家にとっての25歳はまだまだで、やっと仕事は入り込んでくるのは30歳以降だ。と僕のインタビューした先生はおっしゃってました）
- 自分は何故国際系に興味を湧いたのかについて、きっかけは大学入試などでも沢山話せていたけど、その根本的なところは考えていなかったことに気付けました。たくさんの価値観に触れられて、自分に合うものなどを知ることができました。
- 柔軟な考え方や、変化を受け入れる姿勢の大切さを知った。
- 今後自分が何をしたいのかを、明確に理解することができた。ゴールがある程度明確になったため、逆算が可能となり今まで以上に効率的に自分について知ることができたと思う。やって良かったと心から思いました！
- いろいろな暮らし方があることがわかった。

株式会社CURIO SCHOOL
〒152-0004
東京都目黒区鷹番３丁目８番５号 豊島ビル 3F
03-6303-1390
https://curioschool.com/