ライフデザインシミュレーション&共創コミュニティ事業（北海道大学）

- 若年層を対象に、共創型ワークショップとライフデザインシミュレーションのデジタルツールを組み合わせた新たなライフデザイン支援モデルを構築し実証した。結果、参加者に肯定的な心理的変化を与える効率的・効果的なプログラムの社会実装に向けた具体的な支援モデルの構築に向けた示唆を獲得することができた。

実施目的

- 共創型ワークショップ*1とライフデザインシミュレーションデジタルツール「Peptalk」を組み合わせた新たなライフデザイン支援モデルによる、若年層の将来構想を支える思考プロセスの提供と、地域・大学の2フィールドにおける実証による当該モデルの有効性を検証する。

*1：参加者同士やファシリテーターが対話やワークを通じて相互に学び合いながら、各々の経験や価値観を共有・統合し、自身の気づきや将来像を主体的に形成していく参加型の学習・対話プログラム。

実施内容・スケジュール

- 岩見沢市の二十歳の集い対象者（11名）と順天堂大学看護学部の学生13名の計24名に対して、それぞれ90分間のワークショップを通じてライフデザイン支援を実施した。

	11月	12月	1月
実証① 岩見沢市	事業全体の企画、関係機関調整、プログラム設計	左記継続+効果検証指標設定、ワークショップ実施準備、参加者募集	1/10（土）実施・効果検証・まとめ
実証② 順天堂大学			1/28（水）実施・効果検証まとめ

岩見沢市の実施風景



順天堂大学の実施風景



実施体制・実証フィールド

- 北海道大学COI-NEXT*2：実証事業の推進
- 株式会社ORSO：Peptalk提供（システム運用含む）
- 北海道岩見沢市：実証フィールド提供、広報、当日運営支援
- 順天堂大学（看護学部）：実証フィールド提供、広報、当日運営支援

*2：北海道大学COI-NEXT「こころとカラダのライフデザイン共創拠点」は、国立研究開発法人科学技術振興機構の「共創の場形成支援プログラム」に採択された拠点で、企業や自治体と連携し、「若者が自分らしく幸せに生きる社会」などのビジョン実現に向けた研究開発と社会実装を進める産学官連携プロジェクトの推進組織である。

効果検証結果

- 参加者の事前・事後の意識等の変化を5段階評価で比較し、効果検証を行った。結果、特に以下の2項目で比較的高い平均変化幅*3が見られ、参加者の意識に改善傾向が認められた。

*3：「参加者一人当たりの意識等の変化」を見ることで、全体への影響度の強弱を把握できる指標。

項目名	平均変化幅(pt)	
	岩見沢市(n=11)	順天堂大学(n=8)
自分のライフデザインの明確性	+1.9	+1.6
ライフデザインの他者推奨	+0.8	+0.8

ライフデザイン支援の普及・拡大に向けた示唆

- 本事業で実施した1Day90分の単発・短時間のワークショップによるライフデザイン支援でも、効率的・効果的なプログラムを構築することで、参加者の将来への意識等にポジティブな変化を引き起こすことが可能であったことから、例えば、授業１コマ・研修90分など導入しやすいパッケージの支援モデル構築によるライフデザイン支援の普及拡大の可能性が示唆された。