

シゴト☆ジブン発見カード

活用マニュアル（第2版）



一般社団法人えひめ若年人材育成推進機構

1. シゴト☆ジブン発見カードの概要

シゴト☆ジブン発見カードは、主に小・中学生を対象とした仕事理解、自己理解ツールで、カードソート技法により楽しみながら仕事の内容や自分の興味の方向性、特徴について理解を深めるためのものです。

このツールは、職業心理学者ホランドによる職業興味分類を参照しており、ほとんどの職業適性（興味）検査はこの理論に基づいています。

（特徴1）カードソートでわかることについて

興味のある仕事を選ぶカードソートのワークから、自分の強み、特徴を理解することができ、「仕事を知る」と「自分を知る」の両方の視点から気づきを起こし、学びを深めます。

特に自分の強みを言葉にして理解することにより、自己肯定感を高め、自分の将来について肯定的に考える機会を持つことができます。

（特徴2）仕事の選び方について

世の中に3万以上もある仕事の中から、72職種を選ぶにあたって、以下に配慮しました。

- ①ホランドタイプに基づき、各タイプを表す代表的な仕事を選ぶ。
- ②小中学生に親しみのある仕事や知っておいてほしい仕事を選ぶ。
- ③同様の既存ツールにはない新しい仕事や人気の仕事も入れる。
- ④産業分野の偏りがないようにする。
- ⑤特にC（慣習的タイプ）については、将来消滅する可能性の高いと言われている仕事が多いのですが、生徒児童の自己理解のため、馴染みのある仕事を優先しました。

（特徴3）イラストと説明について

明るく親しみが感じられるイラストにすることで、楽しく学べるようにしました。

また、仕事の説明については、必要とされる能力を書き入れるなど、できる限り現実的な内容を心掛け、仕事理解ができるように工夫しました。

カード裏面の「似たタイプの仕事」は、カードを選ぶ中で、興味のある仕事の幅を広げるために役立ち、「こんなことが好き、得意」は、自己理解を深めるために役立ちます。

（特徴4）使い方について

このツールは、個人でもグループでも活用することが可能です。そのため、学校におけるキャリア教育のツールとして、ご家庭でのコミュニケーションツールとして、幅広く利用できます。

また、標準的な活用方法を示した付属の使い方シートに掲載したワーク以外に、様々なワークの展開が可能で、アクティブラーニング教材としても活用できます。

※ワークのバリエーションや使用できるワークシートについては、ジョブカフェ愛 work のHPからダウンロード可能です。 <http://www.ai-work.jp/hatamilabo/>

《カード表面》



《カード裏面》

ホランドタイプ
次のページに説明があります。

仕事につくために必ず資格取得や採用試験に合格することが必要な仕事には、ここにマークが入っています。
お子さんが興味を示した職業に必要な資格や学びについて調べ、考える機会をつくってあげることで、毎日の生活や勉強に目的や目標を発見できるかもしれません。

薬剤師
資格

ホランドタイプ

IES

タイプです!



タイプについては説明書を添付しています

お仕事について

薬を必要としている患者のために、医師の指示通りに薬を調剤する仕事です。主に病院や薬局、ドラッグストアで働きます。調剤はミスが許されないため几帳面に薬をつくり、服用方法や効果などを患者に伝えるコミュニケーション力が求められます。また新薬の知識を追い続けるため勉強を続ける必要があります。

似たタイプのお仕事

- 臨床検査技師
- 生物学者

こんなことが好き・得意

- 病気の人を元気にしたいと思う
- 理科の興味が得意
- 記憶力がよい

©SEPTY11R

仕事の内容や特徴を簡単に説明しています。興味のある仕事について仕事図鑑やWEBサイトを使って、さらに調べる機会をつくってあげてください。

こんなことが好き・得意
「好きなこと」「得意なこと」は仕事につながっています。
保護者から見たお子さんの「好き、得意」のを伝えてあげてください。大切な自信につながり

似たタイプのお仕事
イラストの仕事と似たタイプの仕事の一例です。自分の長所や持ち味を活かすことができる仕事は1つではありません。様々な仕事を知って、可能性を広げましょう。

2. ホランドタイプについて

①個人と職業環境のタイプは、1つではなく、3つの要素で表される。(スリーレターコード)

プログラマーのスリーレターコード **CIR**

この仕事に興味のある人のタイプは、Cタイプ（慣習的）傾向が強く、Iタイプ（研究的）とRタイプ（現実的）の要素も、あわせ持っています。また、プログラマーの仕事やその環境も3つの要素をあわせ持ちます。

②隣り合っているタイプは、相関性が高いため、隣り合うタイプの組み合わせの職業は多い。

③対角にあるタイプは、相関性が低いため、対角にあるタイプの組み合わせの職業は少ない。

※「シゴト☆ジブン発見カード」は、72種類の職業に限られているため、組み合わせがないコードもあります。



※注意点

職業選択や進路選択は、個人が持っている様々な条件、置かれている環境と現実的に職業が持っている条件が折り合い、結果として決まっていくものですので、職業興味は、そのひとつの条件に過ぎません。

従って、世の中にある様々な職業興味検査は、その結果にこだわることを目的としているわけではなく、それをきっかけとして、自己理解、仕事理解を深め、自己のキャリア形成に主体的に取り組むためのものです。

「シゴト☆ジブン発見カード」に取り組む際も、「この仕事」と決めることを目的とするのではなく、自分の長所や得意なこと、興味のあること、苦手でやりたくないこと（選ばなかったカード）を知り、その後の学びや体験活動を起こすきっかけとしてご活用ください。

ホランドタイプ表

個人のパーソナリティと職業環境のタイプの説明。

カードソートの結果とこの表を照らし合わせ、自分にピッタリの言葉を見つけます。

先生や家族、友達から強みや特徴を伝えてもらうことで、新たな自分発見につながります。

	人の興味、能力、性格の特徴	仕事や環境の特徴
R 現実的タイプ	身体を動かすことが好き 機械や道具に興味がある 手先が器用で好きなことに没頭する ちょっとテレ屋で無口な面がある 粘り強く、不言実行型	機械や物を対象とする仕事 屋外で働くことも多く、体を動かす仕事 専門技術を実践的に身につける仕事 自然を相手にすることも多い仕事
I 研究的タイプ	好奇心が強く、調べることが好き 物事を掘り下げて考えたい 理解力に優れ、学ぶことに熱心 内気な面があり、ひとりが好き 几帳面で慎重に行動する	調査や研究などの探索的な仕事 論理的に考えたり分析する仕事 判断力、注意力、慎重さが必要な仕事 専門分野を追求し続ける仕事
A 芸術的タイプ	表現力や想像力が豊か 人と違う自分らしさにこだわりたい 枠にはまらない自由さを好む 感性が豊かで、繊細な面がある ロマンティストな面がある	音楽、美術、文学など創造的な仕事 個性を発揮する仕事 感性やセンスが大切な仕事 流行をつくりだす仕事
S 社会的タイプ	人に教えたり、手助けすることが好き 人と協力して活動するのが好き 人の気持ちがよくわかる 明るくて、人に優しい 観察力があり、気配りができる	困っている人を助ける仕事 専門知識や技術を人に教える仕事 人を育てたり、保護する仕事 社会のために奉仕する仕事
E 企業的タイプ	指導する立場やリーダー役が好き 目標に向かって頑張ることが好き 冒険好きで行動力がある お話が上手で、社交的 楽天的で失敗を恐れない面がある	組織やチームを率いる仕事 成果や目標を追求する仕事 まわりへの影響力を発揮する仕事 企画力や情報発信力を発揮する仕事
C 慣習的タイプ	規則正しいことが好き 順序よくテキパキと行動することが好き 計画的に行動することが好き コツコツと努力し、粘り強い 責任感が強く、綿密に行動する	正確さとスピードを求められる仕事 数字やデータを扱うことが多い仕事 マニュアルや規則に従って行動する仕事 マニュアルや規則を人に説明する仕事

4. 授業プログラムについて

授業プログラムの一例

- ・目的 興味のある仕事から自分の強み、特徴を知る
- ・所要時間 60分～100分
※所要時間は、生徒数、ワークにかかる時間によって設定します。

(1) 導入

- ・授業の目的の説明
- ・楽しく学べる場づくり（時間がない場合省略）
知っている仕事をたくさん出すゲーム、ジェスチャアで仕事を当てるゲーム等

(2) 72種類の職業カード表のイラストや職業名を見て、分類シートを使って仕分ける。

- ・カード表面のイラストと仕事の名前だけを見て、「やってみたい」「どちらでもない」「やってみたくない」に分けて分類シートに置く。
- ※できそうかどうかではなく、やりたいかどうかを直感で分けるよう促す。



(3) 「やってみたい」に選んだカードの裏の色別にマイタイプシートを使って分類する。

- ・マイタイプシートを広げて「やってみたい」で選んだカードを、色別に分けて、枚数を記入する。



(4) 自分の強みや持ち味を発見

- ・ホランドタイプの説明をする。
- ・カードの裏の説明や、ホランドタイプ表を読み、自分の強み、特徴、興味のある職業の特徴について理解を深める。
- ・ワークシートに、結果や気づいたことなどを記入する。

マイタイプシート

結果を整理しておこう。

① やってみたい職業ベスト3を選び、その理由も書いてみよう。

1位: ()
2位: ()
3位: ()

② マイタイプ (上図3タイプ) を記入しよう。

1位: () タイプ
2位: () タイプ
3位: () タイプ

ホランドタイプ表

タイプ	人の興味、能力、性格の特徴	仕事や環境の特徴
R 現実的!	● 具体物や数値を扱うのが好き ● 機械や道具に興味がある ● 科学的知識や、計算などに興味がある ● 物に力をつけて、実用性がある	● 機械や道具を扱う仕事 ● 数値やデータに関与する仕事 ● 科学的知識や、計算に関与する仕事 ● 物に力をつけて、実用性がある仕事
I 研究的!	● 知識や情報を集めるのが好き ● 理論や抽象的な概念に興味がある ● 物事に深く没頭し、集中力がある ● 物事に深く没頭し、集中力がある	● 研究や開発に関与する仕事 ● 理論や抽象的な概念に関与する仕事 ● 物事に深く没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に深く没頭し、集中力がある仕事
A 芸術的!	● 創造性や想像力がある ● 美的感覚や、表現力に興味がある ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある	● 芸術や表現に関与する仕事 ● 美的感覚や、表現力に関与する仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事
S 社会的!	● 人に力をつけて、実用性がある ● 人の成長や、社会に関与する ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある	● 人に力をつけて、実用性がある仕事 ● 人の成長や、社会に関与する仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事
E 企業的!	● 物事を進め、達成するのが好き ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある	● 物事を進め、達成するのが好き ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事
C 慣習的!	● 規則正しい生活や、秩序がある ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある ● 物事に没頭し、集中力がある	● 規則正しい生活や、秩序がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事 ● 物事に没頭し、集中力がある仕事

ホランドタイプについて

① 例) プログラマー (C)

(5) グループで分かち合い

- ・感じたことやわかったことをグループで共有する、職業について調べるなど、次の授業の展開に合わせたまとめをする。

※ (4) 自分の強みや持ち味を発見 を仕事の特徴にフォーカスすることで、仕事理解の授業にすることができます。

※（補足）カードを分類する際に表出するパターン別の進め方の例

パターン	進め方の例
ベスト3が、明確に選んでいる場合	そのまま次の作業に進む。
同数のタイプが1つか2つある場合 例）Eが5枚、Aが5枚で1位 Cが3枚、Rが3枚で2位	1位が同じ枚数で2タイプある等の場合は、両方のタイプを記入し、次の作業に進む。（両方調べる）
「やってみたい」に選んだカードが極端に多い場合 この場合、各タイプがほとんど同数になっている。	【考えられる理由】 ・興味の幅が広い、好奇心が強い。 ・自信がある。 ・カード毎に違う観点で選んでいる。 獣医（動物が好きだから）タレント（カッコいいから） ・あまり考えずに取り組んでいる。 「やってみたい」カードを再度吟味して分類してみる。
「やってみたい」に選んだカードが極端に少ない（5枚以下など）場合	【考えられる理由】 ・「やりたい職業」が決まっていて、他に興味が湧かない。 ・カードに描かれた仕事のイメージが湧かないため、選べない。 ・どれもできそうになく感じてしまう、自信がない。 ・「できるかできないか」は、考慮しなくてもいいことを再度伝え、「どちらでもない」カードを再度吟味して分類してみる。 ・カード裏側を読み、仕事をイメージできた後に、再度分類してみる。 ・やりたいことが絞られている場合は、無理に広げようとせず、なぜ、やりたいのかをカード裏の説明やホランドタイプ表から理解することを促す。 （タイプを満たす仕事は、実は他にもあることを知ることができれば尚よい。）

5. 利用者の声

《先生》 愛媛県内中学校

- ・72枚の職業カードが大変充実していた。カードゲームの感覚で、生徒の学習への抵抗感をなくし、生徒の学習意欲を高めることができた。
- ・やりたい仕事の分類から、選んだカードによって自分の特徴が見えていくという手法は大変参考になった。その分類方法も、カードを色で分類するという生徒にとって大変分かりやすい。作業・活動がシンプルであるということは、生徒が学習の内容に集中できるため、とてもよかった。
- ・進路選択を迫られている時期の中学生には良い教材だと思う。とくに、将来の夢として、就きたい仕事が決まっていない生徒には、自分の強みも分かり、進路選択の一助になると感じました。
- ・先生が内容と目的を明確にしておく生徒のために有意義な活動になると思う。職業についての授業だけでなく、自分の進路に関する進路学習になると思う。
- ・50分の授業では多少時間が足りなかったもので、十分に時間をとってじっくりと学習できると良かった。
- ・中学生は、将来の夢の移り変わりが早いので、同一生徒に対して、同じ授業構成で繰り返し授業をしても効果的だろうと感じた。

《生徒》 愛媛県内中学校

- ・ワクワクした気持ちで取り組み、将来がとても楽しみになってきた。
- ・自分の夢のことを真剣に考えることができた。
- ・授業を通して夢が広がった。大人になるのが楽しみになった。
- ・どんな仕事もすごいと思った。もっと深く知りたいと思った。
- ・あんなに仕事があるなんて、考えてもみなかった。
- ・興味本位でやりたいと思っていたが、内容や特徴を知ってきちんと技術や知識を身に着けないといけないと思った。
- ・今まで職業にあまり興味がなかったが、今回の学習で興味が湧いてきた。
- ・こんな仕事もあるんだという発見やこんな仕事をしてみたい、これは自分に向いてないなど将来のことを考えることができた。

《保護者》 愛 work de 自分研究（夏休みプロジェクト）

- ・子どものよいところを再認識できてよかった。
- ・今まで気づかなかった子どもの特徴（よいところ）を知ることができた。
- ・子どもが興味を持っている職業について、話す機会を持つことができた。
- ・子どもについて深く理解する機会を持つことができた。



「シゴト☆ジブン発見カード」活用マニュアル（第2版）

作成年月日 令和2年9月23日

編集 一般社団法人えひめ若年人材育成推進機構

〒790-0012

愛媛県松山市湊町四丁目8-13

TEL 089-913-8686 FAX 089-913-8685

※この活用マニュアルを作成するにあたり、下記の文献を参考にしました。

「VPI利用者のための職業ガイド」VPI研究会