

Minami Kyushu University Syllabus										
シラバス年度	2026年度	開講キャンパス		宮崎キャンパス		開設学科		管理栄養学科		
科目名称	キャリアデザイン						授業形態		講義	
科目コード	160013	単位数	2単位	配当学年		実務経験教員	○	アクティブ ラーニング	○	
担当教員名	柚木崎 千春								ICT活 用	
授業概要	キャリア デザインについて解説する。 本科目では、受講生一人ひとりの自己理解を促し、それを踏まえた仕事・職業理解を行い、自身のキャリアについてデザインする力をつけることを目指す。 担当教員は、企業において多様な人々と協働してきた経験から、組織で働く上で身に着けるべきスキルについて、具体例を示すことができる。これからの人生の不確実性にどう向き合うか、受講生とともに考える。									
関連する科目	フレッシュセミナーなど学生生活の導入的(ガイダンス)科目・各自進路に係る科目と関連する。									
授業の進め方 と方法	本科目「キャリア デザイン」を学修する意義と必要性について解説し理解を深められるよう授業を進める。 本授業は、講義形式で実施する。 一部の回では、受講者をグループ分けし、グループディスカッションや課題発見と意見発表を予定している。 社会で生きる・働くとはどのようなことなのか、そう遠くはない未来について受講生が興味を持って学べるよう各種テーマを提供する。そこから、受講生の積極的学びに繋がるよう学修を重ねていく。 また、チャプターごとに講義の目的・目標の把握を示してから授業を進め毎回レポートを課し、最終的な学修の成果として『学修到達目標達成度評価表』を作成する。									
授業計画 【第1回】	現代社会とキャリアデザイン～キャリアデザインの基礎理解～（テキスト第1章 参照） キャリアデザインの重要性と本科目の意義を理解する。 学修到達目標について説明する。 「現在の自分から、本当の自分を見つける」 課題：キャリアデザイン基礎チェックシートを作成する。									
授業計画 【第2回】	2. キャリアデザインと人生設計①～職業と人生理解～（テキスト第 2～4 章 参照） 現代人のライフサイクルと職業生活 課題：第 2 章～4 章までのまとめと考察 各章ごとの振り返りシートを参考にレポートを作成する。									
授業計画 【第3回】	3. キャリアデザインのための自己理解①～働く意味と自分の職業観～（テキスト第5章 参照） 課題：人はなぜ仕事をするのか。 テキスト p 56 の振り返りシートを参考にレポートを作成する。									
授業計画 【第4回】	4. キャリアデザインのための自己理解②～自分の職業観・自己分析～（テキスト第6章 参照） 自分を知る・気づく、交流分析の考え方を学習しエゴグラム検査にトライする。 課題：エゴグラムの結果について自己分析を試みる。									
授業計画 【第5回】	5. キャリアデザインのための自己理解③～自分を表現する 「好ましい人間関係の構築」へのプロセス 事例研究：職場における立場・場面を理解し双方向の納得解を見いだす。 課題：好ましい人間関係構築のプロセスについて振り返りレポートを作成する。									
授業計画 【第6回】	6. キャリアデザインとコミュニケーション「他者理解と自己理解、自分の考えを伝えるコミュニケーションと価値観」 コミュニケーションスキルの重要性を考える。 グループディスカッション実施（テーマ：友だちへのアドバイス） 課題：グループディスカッションの経緯と結果をレポートに整理する。									
授業計画 【第7回】	7. キャリアデザインと仕事理解①～学生生活で得るキャリア意識の明確化～（テキスト第7章 参照） 社会人としての基礎力、必要な就業力、自分の現状と課題 課題：学修内容を振り返り、レポートを作成する。									
授業計画 【第8回】	8. キャリアデザインと仕事理解②～経済・雇用環境に応じた働き方の理解～（テキスト第8章 参照） 重要なキャリア理論の紹介 課題：クランボルトの「計画された偶発性理論に学ぶ」を理解しレポートを作成する。									
授業計画 【第9回】	9. キャリアデザインと職場理解①～インターンシップを活用したキャリア考察～（テキスト第9章 参照） グループディスカッション実施（テーマ：人間関係における価値観の相違について） 課題：グループディスカッションの経緯と結果をレポートに整理する。									
授業計画 【第10回】	10. キャリアデザインと職場理解②～キャリア形成と求められる基礎能力～（テキスト第10章 参照） 自分のキャリア・アンカーについて考える。 課題：人生予期せぬことに期待するかそれとも不安か、事例を考察しレポートを作成する。									

授業計画 【第11回】	11. キャリアデザインと職場理解③～職種や業種と自分の適職～（テキスト第11章 参照） 自分で創り出す「適職と環境」と企業研究の必要性について 課題：縁ある場所で咲きなさいの意味と自身の捉え方についてレポートを作成する。
授業計画 【第12回】	12. キャリアのケーススタディー①～具体的な事例で考える将来設計～（テキスト第12章 参照） いくつかのキャリアケースから自分のケースをイメージしてみる。 そのための現状把握と自身のキャリア形成の参考にする。 身近な人的環境からキャリア取材する。 課題：キャリア取材から理解できたことをまとめレポートを作成する。
授業計画 【第13回】	13. キャリアのケーススタディー②～さまざまなキャリア形成のあり方～（テキスト第13章 参照） 多様なキャリアケースを通して、自分のキャリア形成の心構え、仕事の仕方を学ぶ。 将来のやりたい自分への具体的なプロセスについて考える。 課題：やりたいことがなかなかみつからない問題と将来の目標と行動計画についてレポートを作成する。
授業計画 【第14回】	14. キャリアデザインに向けて①～キャリアデザインの方向性をつかむ～（テキスト第14章・15章 参照） 新しい社会で働くために必要な力を理解する。 働く環境の変化とキャリアデザインの必要性を再確認する。 課題：振り返りシート（テキスト巻末pp150-156活用）作成
授業計画 【第15回】	15. キャリアデザインに向けて②～キャリアデザイン全体の振り返り～（第15章） キャリアデザイン全体を振り返る（初期の目的・必要性の理解と学修の到達目標達成度について） 「学修到達目標達成度評価表」の作成と提出について、改めて詳細説明をする。 課題：振り返りシート（テキスト巻末 p p 153-154）提出 改めて、キャリア入門＝キャリアデザインとしたことの意図について解説する。
授業の到達目標	① 社会変化などにより「キャリア デザイン」が重要となっていることを理解する。 ② 自己理解を深め、自分の生き方を考える。 ③ 大学における学修の意義を検討し、自分の将来へ生かせるようにする。 ④ 社会状況なども考慮し「仕事」や「生活」の在り方を考え、自身の将来像を考える。 ⑤ 自身の成長を踏まえ「キャリア デザイン」を充実させる力を身に付ける。 ⑥ 授業終了期には、学修成果として自己理解と自己評価ができる。
学位授与の方針 (DP)との関連	3. 人間力、社会性、国際性の涵養-(2)
授業時間外学習【予習】	授業時間外の学修 【予習】 「予告されている授業について、予告されている授業について、講義内容を把握する」（30分程度） 【推奨する学修方法】（全体として15時間程度） 科目の特性上、先人(人生の先輩)などの学習や職業に関する考え方を自主的に学んでほしい。 ④ 大学生活のガイドブックなどを参照し、大学における学修のよりよい進路について検討してほしい。
授業時間外学習【復習】	【復習】 「授業終了時に示す課題についてレポートを作成する」（1時間程度） 授業の反省・復習を行うことが望ましい。 【推奨する学修方法】（全体として15時間程度） 科目の特性上、先人(人生の先輩)などの学習や職業に関する考え方を自主的に学んでほしい。 ④ 大学生活のガイドブックなどを参照し、大学における学修のよりよい進路について検討してほしい。
課題に対する フィードバック	全授業15回の学修成果物（レポート等）を基に振り返りをします。 第15回までの提出物はいったん返却し、学生はそれを基に 「学修到達目標達成度評価表」を作成することになります。 定期試験時に該当する日に、提出された「学修到達目標達成度評価表」に 沿って評価のポイントを簡潔に説明します。
評価方法・基準	以下の項目に基づいて評価します。 1) 課題レポートなどの提出物 40点 2) 小テストおよび 「学修到達目標達成度評価表」提出 40点 3) 授業中の取組 20点
テキスト	書名：『理論と実践で自己決定力を伸ばす9キャリアデザイン講座 第3版』 ISBN：978-4-8222-9592-9 発行日：2022年9月8日 価格：2,000円程度 著者名：大宮登（高崎経済大学名誉教授）ほか5名 発行元：日経BP社
参考書	必要に応じて図書、資料を適宜紹介します。
備考	・テキストに付されている各種シート（チェック・ワーク・振り返り）を活用しますので、 テキストは必ず購入してください。 ・授業の出欠確認については、毎回の授業時に提出されるレポートなどの提出物により管理し、 その方法については、初回授業時に詳細を説明します。

- コンプライアンス研修（講師：宮崎県教育委員会教職員課）
 - ・ コンプライアンスとは何か
 - ・ 具体的な事例をもとに日常生活の中の法令遵守の必要性について 等

授業計画 【第11回】	○ 先輩に学ぶ（3・4年生） ・ 保育園、幼稚園、小学校の教育実習を終えて
授業計画 【第12回】	○ 知っておき働くときの基礎知識～社会に出る君たちへ～（講師：社会保険労務士会連合会） ・ 社会人として求められる能力とは ・ 労働条件、働き方改革、健康保険等の基礎的知識について
授業計画 【第13回】	○ 地元企業としての取り組み（講師：霧島ホールディングス（株）） ・ 焼酎と酵母のはたらきについて ・ 社会貢献の観点からの取り組み 等
授業計画 【第14回】	○ 先輩に学ぶ（3・4年生） ・ 施設、特別支援学校の実習を終えて
授業計画 【第15回】	○ 振り返り ・ これまでの講義からの学びについて振り返る。
授業の到達目標	身に付ける資質・能力 （1）社会人として求められる基礎的な能力やスキルを理解し、説明することができる。（知識・技能） （3）講義での学びを自身のキャリアデザインに関連づけて考察し、具体的な学びの成果として、発表したり振り返りカードに表現することができる。（思考力・判断力・表現力等） （3）講義で学んだことを活かして、自身のキャリアデザインに必要な知識・技能として積極的に活用することができる。（学びに向かう力・人間性等）
学位授与の方針 （DP）との関連	2. 汎用的技能を応用し活用する能力-（2）／3. 人間力、社会性、国際性の涵養-（3）／3. 人間力、社会性、国際性の涵養-（4）／3. 人間力、社会性、国際性の涵養-（5）
授業時間外学習【予習】	授業の際に提示された次回の内容について、関連情報を収集しまとめる。（30分程度）
授業時間外学習【復習】	授業で学んだ内容を振り返り、要点を整理する。（30分程度）
課題に対する フィードバック	毎回、振り返りカードに自分の学びを記述させ、コーディネータが回りの講義までに目を通し、回りの講義の終盤に3人程度学生の振り返りを紹介する。その際、振り返りにおいて、優れている点について解説を行う。
評価方法・基準	毎時間の振り返りカードの平均で評価を行う。 ・ 振り返りカード（100点：毎回の採点の平均）
テキスト	なし
参考書	必要に応じて参考文献がある場合には紹介をする。
備考	