



2023

ライフプランニング  
事業事例集

# 本事例集の目的と概要

本事例集は、令和5年度こども家庭庁「地域少子化対策に関する調査事業」において自治体等におけるライフプランニング支援の優良事例を収集して分かりやすくまとめ、全国に広く共有し、優れた取組の横展開を図るために作成されたものです。

## 「地域少子化対策に関する調査事業」の目的

- 少子化は想定を上回るペースで進む極めて危機的な状況にあり、我が国の社会経済に多大な影響を及ぼす有事というべき課題であり、個々人が結婚やこどもについての希望を実現できる社会をつくるため、総合的な少子化対策の取組を支援する必要がある。本事業では、（1）自治体等におけるライフプランニング支援優良事例収集、（2）結婚支援ボランティア等育成モデルプログラムの改良・更新を実施して、優れた取組の横展開を図ることを通じて、地方自治体における効果的な少子化対策を支援することを目的とする。



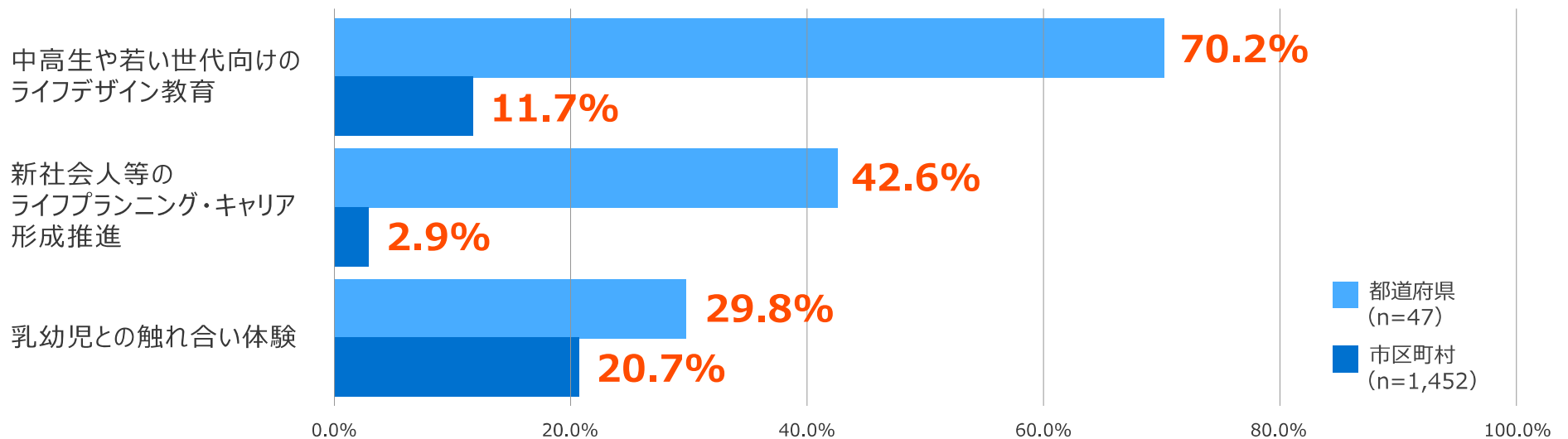
## ライフプランニング支援事例集の目的

- 働き方やライフスタイルが多様化している中、若い世代が希望を持ってキャリアとライフイベントの双方にチャレンジできる環境を整備する必要が高まっている。このため、**個々人の主体的な意思を尊重することが大前提であるものの、将来のライフデザインを描くために必要な情報の提供・支援が必要**である。ライフプランニング支援については、学校教育において教材が活用されているほか、地域少子化対策重点推進交付金も活用しつつ、自治体等において**様々な取組が行われているが、モデルとなる取組が広く共有されていない状況にある**。これを踏まえ、自治体等におけるライフプランニング支援の優良事例を収集して分かりやすくまとめ、全国に広く共有し、優れた取組の横展開を図る。

# ライフプランニング事業・ 乳幼児との触れ合い体験事業の取組の広がり

- 近年、ライフプランニング事業については、全国の自治体で取組が広まりつつあります。中高生や若い世代向けのライフデザイン教育を実施している都道府県は令和3年度時点で7割を超えており、また新社会人等のライフプランニング・キャリア形成推進は42.6%、乳幼児との触れ合い体験は29.8%の都道府県が実施しています。
- 市区町村については、都道府県ほど実施団体割合は多くないものの、中高生や若い世代向けのライフデザイン教育は11.7%（170自治体）、乳幼児との触れ合い体験は20.7%（301自治体）となっており、一定程度の数の団体がライフプランニング事業・乳幼児との触れ合い体験事業に取り組んでいるといえます。

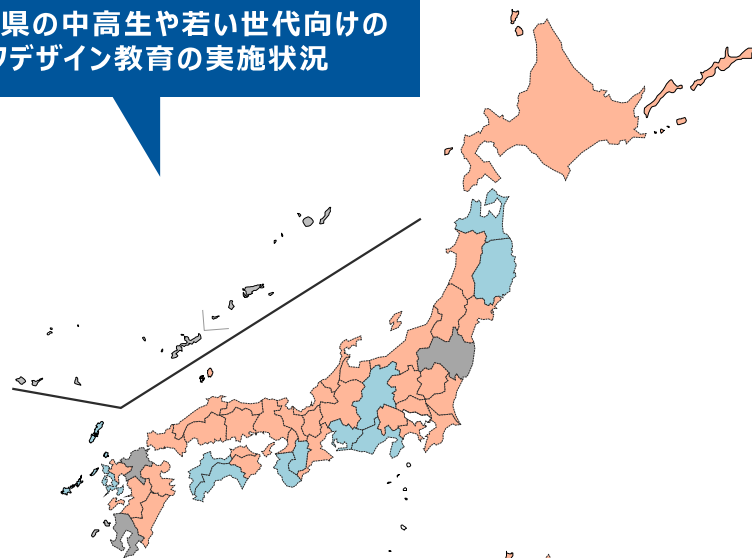
## 令和3年度におけるライフプランニング事業・乳幼児との触れ合い体験事業の実施自治体の割合



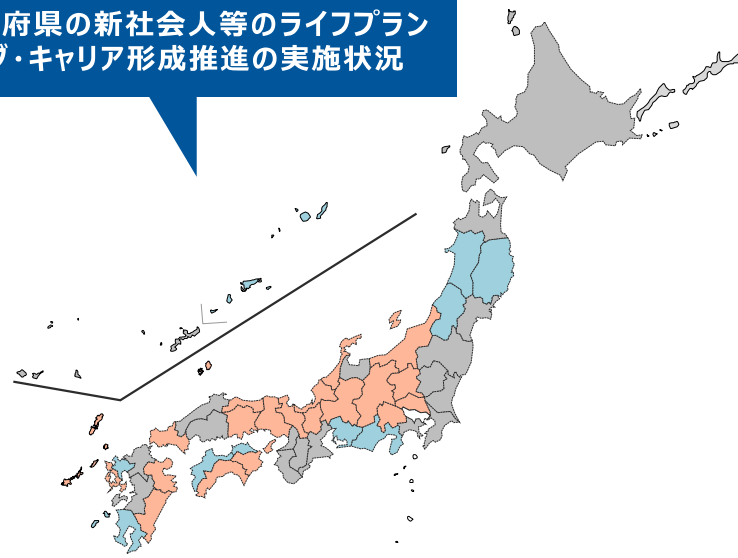
出所：「令和3年度 内閣府委託事業地方自治体における少子化対策の取組状況に関する調査」を基に日本総研作成

# 都道府県別ライフプランニング事業・ 乳幼児との触れ合い体験事業の実施状況（令和3年度）

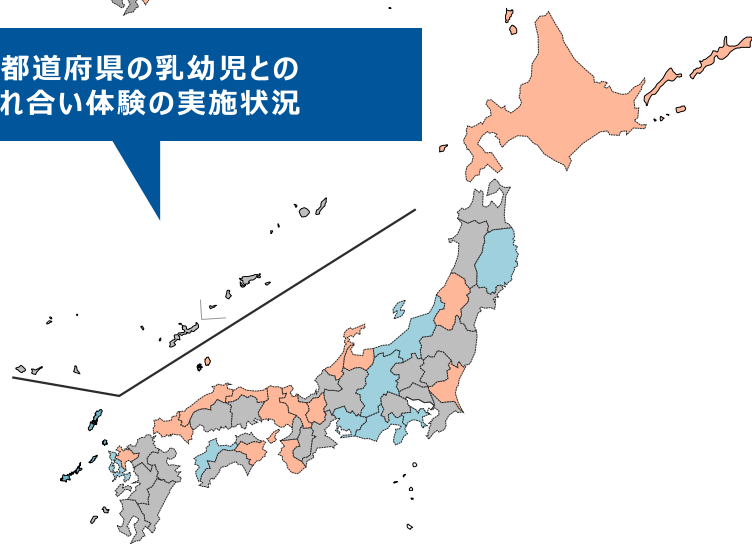
各都道府県の中高生や若い世代向けの  
ライフデザイン教育の実施状況



各都道府県の新社会人等のライフプラン  
ニング・キャリア形成推進の実施状況



各都道府県の乳幼児との  
触れ合い体験の実施状況

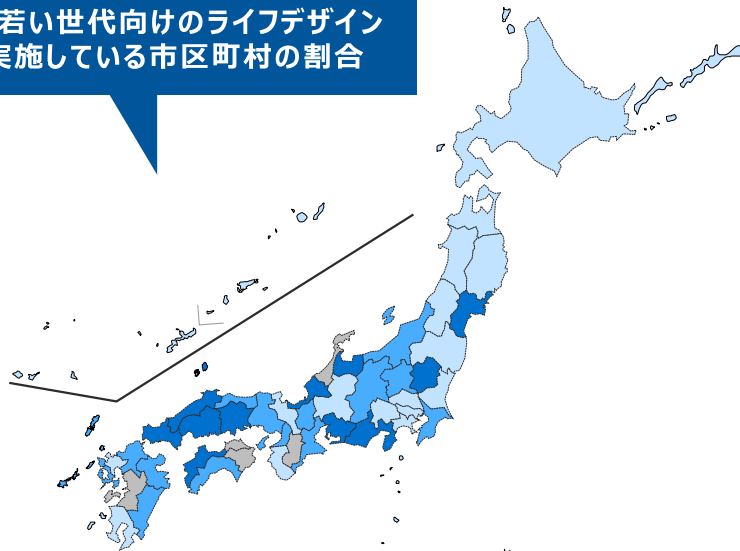


- 交付金/交付金以外の補助金等を活用して実施している、  
自主財源を活用して実施している
- 過去に取り組んだことはあるが、  
令和3年度は取り組んでいない
- これまで一度も取り組んだことはない
- 無回答

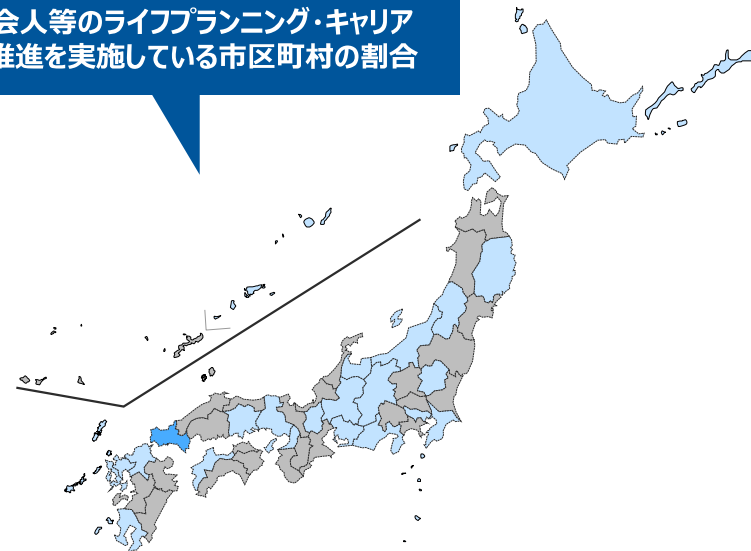
出所：「令和3年度 内閣府委託事業地方自治体における少子化対策の取組状況に関する調査」を基に日本総研作成

# 全国の市区町村のライフプランニング事業・乳幼児との触れ合い体験事業の実施状況（令和3年度）

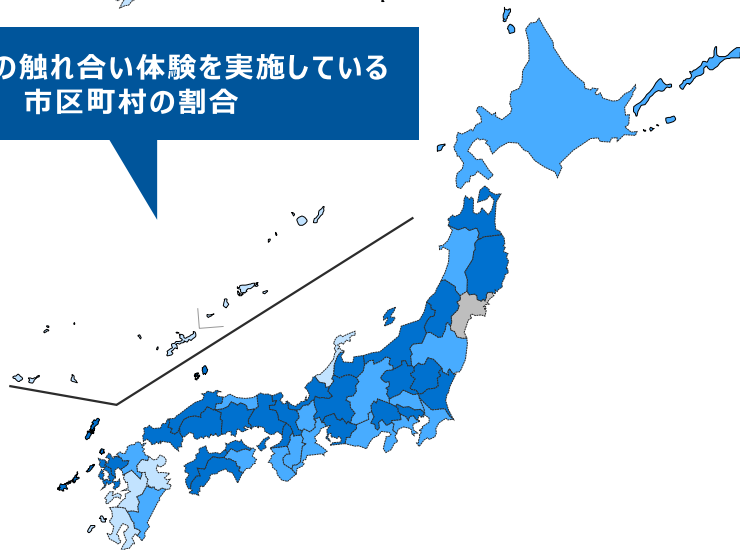
中高生や若い世代向けのライフデザイン教育を実施している市区町村の割合



新社会人等のライフプランニング・キャリア形成推進を実施している市区町村の割合



乳幼児との触れ合い体験を実施している市区町村の割合



- 実施している市区町村（※1）の割合（※2）が20%以上
- 実施している市区町村（※1）の割合（※2）が10%~20%
- 実施している市区町村（※1）の割合（※2）が1%~10%
- 実施している市区町村（※1）の割合（※2）が0%

（※1）「交付金を活用して実施している」「交付金以外の補助金等を活用して実施している」「自主財源で実施している」と回答した市区町村の数の合計  
 （※2）「令和3年度 内閣府委託事業地方自治体における少子化対策の取組状況に関する調査」（以下、「令和3年度調査」という。）で回答した市区町村数に対する実施している市区町村の数の割合を算出。なお、令和3年度調査ではすべての市区町村が回答していない点に留意が必要

出所：「令和3年度 内閣府委託事業地方自治体における少子化対策の取組状況に関する調査」を基に日本総研作成

# LIFE PLANNING

## 個別事例紹介

# 掲載事例の選定の考え方

掲載事例については、対象自治体へのヒアリング結果を踏まえ、「ライフステージ」「事業規模」「講座等の対象」について事例のバランスを踏まえつつ、「成果物の有無」や「事例集の対象とすることが適当と考えられる理由」を整理したうえで選定しています。

事例集候補自治体	ライフステージ	事業規模	講座等の対象	成果物の有無	備考（事例集の対象とすることが適当と考えられる理由）
1 京都府 (p.7)	結婚前・結婚 妊娠・出産 子育て	大 (1,641万円)	高校生 大学生 社会人	人生年表 ワークシートを 作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート・シール・講義内容を精緻に作成したうえで、府内の大学生を中心に大規模に実施している優良事例。教材については他団体への提供も実施</li> <li>他自治体がライフプランニング講座を実施する際に多く参考にされている事例であり、内容も充実している他、事後的な取組にも繋がっている事例</li> </ul>
2 沖縄県 (p.11)	結婚前・結婚 妊娠・出産 子育て	(企業のCSR活動として実施)	高校生 大学生・ 専門学校生	事前チェックシート・ ライフプラン表を 作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>若い世代の「結婚を希望しているができない」という風潮に着目し、希望が叶えられることを伝えることを第一の目的として講座を実施</li> <li>事前チェックシートや、条件を設定した上での将来的な結婚、妊娠・出産等の選択シナリオを用意して実践的な講座を実施しており、他自治体も参考にすることができる</li> </ul>
3 茨城県小美玉市 (p.15)	結婚前・結婚 妊娠・出産 子育て	小 (268万円)	中学生	ライフデザイン 年表を作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>市全体の中学で包括的に実施。中学2年生を対象にしている理由も明確に整理されている。ライフデザイン年表について学校間で共有</li> <li>他の市町村でも参考にできる事業規模である</li> </ul>
4 群馬県 (p.19)	妊娠・出産	中 (400万円)	高校生	Youtube上で 啓発動画配信	<ul style="list-style-type: none"> <li>プレコンセプションケアの内容を扱いつつ、対象となる高校生が自身が学んだことを動画として作成し、発信している事例</li> <li>内容、成果物の作成、情報発信までの一連の流れが他自治体においても非常に参考にすることができる</li> </ul>
5 兵庫県姫路市 (p.23)	結婚前・結婚 妊娠・出産 子育て	小 (29万円)	中高生 大学生	ライフプランシートを 作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>外部講師の参画も得つつ、基本的には市職員がワークショップを実施。今後結婚、子育てが具体的にイメージされる世代である高校・大学生を対象に複数校に対して実施</li> <li>昨年度ワークショップを実施した高校生に再度実施する予定であり、その効果を見ることができる事例である</li> </ul>
6 東京都 (p.28)	結婚前・結婚	(結婚イベントの一部として実施)	社会人 (学生も含む)	結婚設計図を 作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>イベントの中で、講師の工夫により当日参加者を多数集めた事例。手軽に持ち帰ることができる「結婚設計図」を扱っていることも大きな特徴</li> <li>普段は「結婚」について考えていない層が具体的に考えるきっかけをうまく与えることができた事例</li> </ul>
7 島根県 (p.32)	妊娠・出産 子育て	大 (779万円)	小学生 中学生 高校生	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>元々出前講座で実績を挙げていた助産師会が、講義・触れ合い体験・妊婦体験を通じ、妊娠や出産の正しい知識を教示し、自分たちが大切に育てられたことや命の大切さについて児童生徒が考える機会を提供</li> <li>具体的なイメージの喚起を促し、かつ年齢に応じた講座の繰り返しの受講による効果の波及を目指した取組で、講座の内容・実施方法について他自治体も参考にすることができる</li> </ul>
8 宮城県石巻市 (p.36)	妊娠・出産 子育て	小 (177万円)	中学生	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>助産師会とNPO法人の協力の下、妊娠や出産についての講義・器具を用いた赤ちゃんの抱っこ体験・親子との触れ合い体験を実施</li> <li>一方的な講義ではなく、中学生が積極的に体験に参加することができるよう取組が工夫されており、他自治体も参考にすることができる</li> </ul>

# 事例 1 京都市 若者ライフデザイン・仕事と育児の両立体験事業

京都市は、平成27年度に民間事業者等と開発したツールにより、参加者が人生年表を作成するライフデザイン講座を実施しています。講座受講者に対しては、その後仕事と育児の両立体験プログラムへの参加を促すことにより、人生設計イメージの具体化を促しています。

## 事業の内容（予算：16,412千円【R4年度】）

### 実施形式：（ワークショップ形式）

- ワークショップ用の講師ガイド等を基に、講師が様々なデータを紹介しながら、参加者が人生年表ワークシートを作成。

### 事業概要・実施主体

- 京都市が平成27年度に民間事業者・有識者とともに開発した「**人生年表ワークシート**」「**人生年表シール**」を活用し、自らの将来の人生を設計。これらのツールを活用するライフデザイン講座の実施を希望する主体が、それぞれ参加者を募集している。
- 結婚、妊娠・出産、子育てに留まらず、働き方、生活スタイル、居住希望地域も含めて、「**いつ何をするのか**」をワークシート上**に楽しみながら表現**。その結果として、自分の今後の人生を主体的に考えることにつなげることが目的。
- 高大生、社会人を対象としているが、**最も多いのは大学生**。京都市では全国と比較して大学が多く、また合計特殊出生率が他府県と比較して低いことから、**大学生が京都市でライフデザインを学び、京都市で生活することを促す**。
- ライフデザイン講座受講者に対しては、その後の**仕事と育児の両立体験プログラムへの参加を促している**。受講者がプログラムに参加することにより、**自らの人生設計イメージをより具体化させることが狙い**。

### 実施実績・参加者数

- 令和4年度：実施回数40回。ワークショップの参加者総数は計2,115名。

### スケジュール

- 3月末 業者選定 4月～事業内容検討 4月下旬～ワークショップ実施



### 講座内容のライフステージ



### 講座の実施対象



出所：京都市「ライフデザインワークショップ」（<https://www.pref.kyoto.jp/shoshi/lifedesignlabo.html>）を基に作成

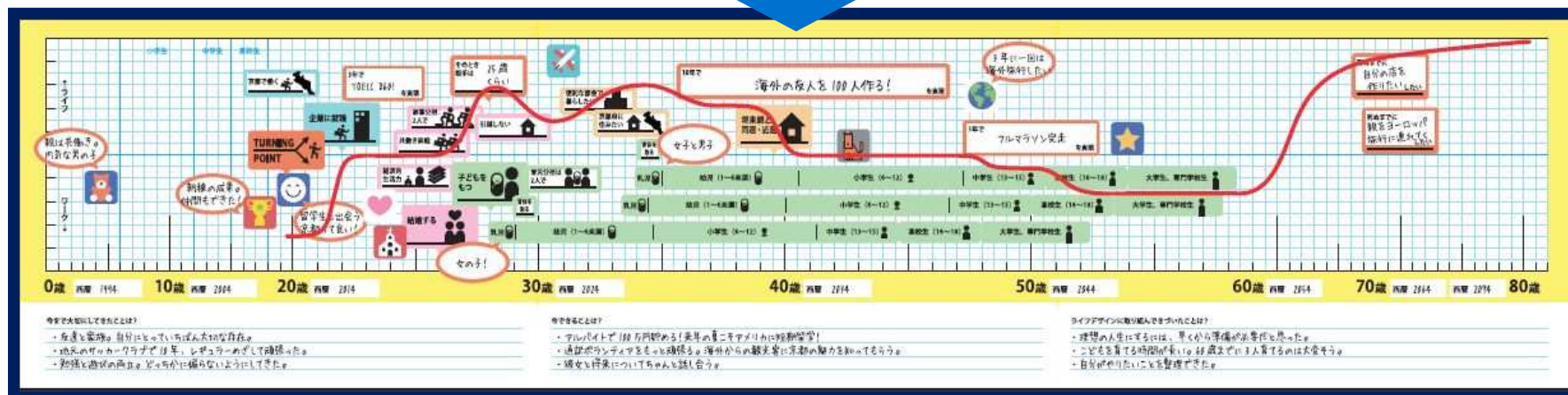


# 事例 1 京都市 若者ライフデザイン・仕事と育児の両立体験事業

京都市は人生年表を作成するためのツールを民間事業者等とともに開発しており、内容が非常に充実していることから、受講者が具体的なイメージを喚起することが可能となっています。また、事後的な体験プログラムへの参加を促すことで、受講による効果を波及させようとしている点も大きな特徴です。

## 成果物の有無：有

- ワークショップ参加者が「人生年表ワークシート」「人生年表シール」を活用し、自らの人生年表を作成。

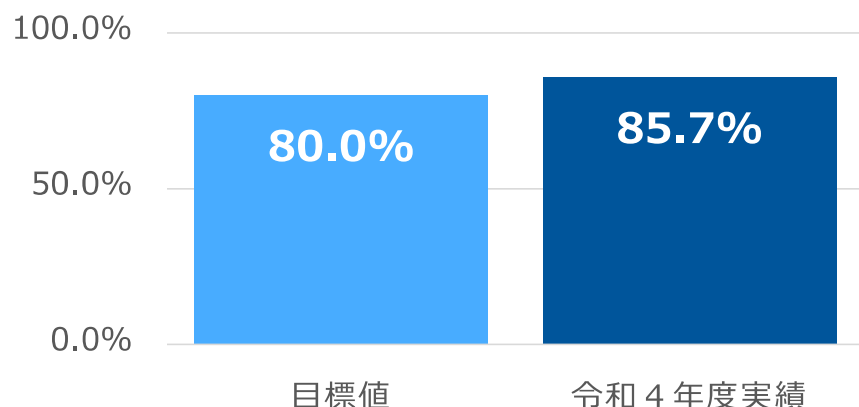


出所：京都市ご提供資料を基に作成

### 事業の実施前後のアプローチ：有

- 参加者に対し、人生設計について自分の意識が変わったかを確認するアンケートを実施。また、仕事と育児の両立体験プログラムへの参加を促す。

#### ライフデザインワークショップを受講して人生設計について意識が変わった人の割合



#### 【ライフデザインワークショップ参加者の感想】

- 仕事と育児の両立について、イメージを膨らませることができ、両立について前向きになることができ、自分の人生を長期的な目線で考えることができました。
- たくさんの人のお話を伺うことができ多様な価値観に触れたことで自分のライフプランの参考になりました。参加してよかったです。
- 将来の自分や、仕事と育児を両立するイメージがわいた。
- 自分の見てきた家庭とは全く異なる温かい家庭を動画でみることで、将来は温かくコミュニケーションをたくさんとれる家庭を作っていきたいと思った。

#### 仕事と育児の両立体験プログラムについて



出所：京都府ご提供資料を基に作成

### 取り組みの質を向上するための工夫



#### 実施対象の募集

- 主に**京都府内の大学生**が対象（高校生・大学生・社会人に対しても実施）。大学と密接に連携し、実施時間を確保。
- 府内に大学が多く立地し、全国から学生が集まっていることから、大学生に対して講座を実施することで、**府内に将来的に暮らしてもらうこと**を狙う。



#### 事業内容

- **充実したツールを活用**することで、参加者が自らの人生設計を具体的にイメージすることを可能としている。
- ワークショップの中で**客観的な複数のデータ**を示し、参加者が人生年表の作成の際に参考にすることを可能としている。



#### 事業実施後のアプローチ

- 事後的なアンケートにより、参加者の満足度を測定。
- 講座参加者に対し、後日の**仕事と育児の両立体験プログラムの参加**を促し、自らが作成した人生年表の出来事を具体的に体験する機会を提供。

### 事業の特徴

#### ① 充実したツールの活用による講座実施の効果の拡大

平成27年度に開発した「人生年表ワークシート」「人生年表シール」は、作成者が自らの将来を楽しみながら具体的なイメージを喚起することを促す充実したツールであり、他団体でも活用されている。また、講座の実施に際し講師用ガイドも作成されており、今後ライフプランニング講座を実施する団体が参考にすることが可能である。

#### ② 事後的な体験プログラムの参加の促しによる講座の効果の波及

講座参加者に対し、後日の仕事と育児の両立体験プログラムの参加を促し、自らが作成した人生年表の出来事を具体的に体験する機会を提供することで、参加者自身が人生年表について振り返り、かつより深く検討することを促している。

## 事例 2

沖縄県

## 大学生等を対象としたライフデザインセミナー

沖縄県は、生命保険会社の外部講師の解説を基に、具体的に設定された条件を前提として自らのライフプラン表を作成するロールプレイング形式のワークショップを実施しています。また、セミナー・ワークショップの実施前には参加者が「事前チェックシート」を作成することで、自らの将来の考え方をあらかじめ整理することを可能としています。

### 事業の内容（R4年度）

#### 実施形式：（ワークショップ形式）

- セミナー・ワークショップ実施前に参加者が「事前チェックシート」を作成したうえで、外部講師の解説を基に、参加者が当日ライフプラン表を作成。

#### 事業概要・実施主体

- 生命保険会社が提供する金融リテラシー教材・ワークライフバランスシートを基に、参加者が作成する**ライフプラン表**を準備。また、セミナー・ワークショップ実施前に「事前チェックシート」を活用し、参加者が自らの考え方を整理。
- ワークショップでは、**収入・結婚・就職・子ども数・自宅の購入等について具体的に条件を設定し**、参加者がその条件を基に、定年予定までどのような人生を送るかについて、**ロールプレイング形式で検討**する内容。
- ワークショップでは結婚、妊娠・出産、子育ての各ライフステージについて全般的に扱っているものの、県としては、**結婚を希望するにも関わらずその希望を叶えられない若者が、結婚に対して前向きになることを目標**としている。
- 経済的な理由から結婚が難しいと考える若者に対しては、結婚することによって光熱費等の共通経費の負担を軽くすることができる可能性に触れ、誤解や知識不足からくる結婚に対するネガティブイメージの払拭を図る。
- セミナー・ワークショップは、生命保険会社が企業のCSR活動として実施。

#### 実施実績・参加者数

- 令和4年度：実施回数**2回**。ワークショップの参加者総数は計**289名**。

#### スケジュール

- 5～6月 業者選定、7月 事業内容検討、12月（第1回）ワークショップ、
- 令和5年2月（第2回）ワークショップ実施



#### 講座内容の ライフステージ



#### 講座の 実施対象



出所：沖縄県ご提供資料を基に作成

## 事例 2

沖縄県

## 大学生等を対象としたライフデザインセミナー

沖縄県のワークショップは様々な条件を設定したうえでライフプラン表を作成するロールプレイング形式となっており、参加者がより現実味を持った人生設計を検討することを可能にしていると考えられます。また、参加者に対し、誤解や知識不足からくる結婚に対するネガティブイメージが払拭できるようなセミナー・ワークショップの実施を心がけていることも特徴的です。

成果物の有無：有

- ワークショップ参加者が「事前チェックシート」を作成して考え方を整理しつつ、ワークショップで様々な条件の下での「ライフプラン表」を作成。

### ライフプラン表のイメージ

	現在	5年後	10年後	15年後	20年後	25年後
お父さん	(育休から復帰)	住宅購入	住宅ローン返済			定年退職
お母さん	(育休から復帰)	住宅購入	住宅ローン返済			定年退職
長男	小学校	中学校	高校	大学	就職	結婚 出産
長女	小学校	中学校	高校	大学	大学院	就職

出所：沖縄県ご提供資料を基に作成

#### 事業の実施前後のアプローチ：有

- 「ライフデザインの大切さ・理解」「友人等に薦めるかどうか」について確認するアンケートを実施。結果、ほぼ全員が「はい」と回答する形。

#### 第1回 ライフデザインセミナーの開催 (名桜大学：n=28)

■ はい ■ いいえ

グループワークや講義等を通して、ライフデザインの大切さを考えるきっかけとなりましたか。

28

ライフデザイン（結婚や出産等）への理解を深めるきっかけとなりましたか。又は、意識が変わりましたか。

28

周りの友人等に、今回のライフデザインセミナーへの参加を勧めたいと思いますか。

28

#### 【ご意見・ご要望等（抜粋）】

- ・これから生きるのが楽しみになり、不安にもなりました。だからこそ、これから計画立てることを意識していきたいと感じました。
- ・自分の理想の人生を設計すると、支出の多さに苦しんだ。少しの工夫をするだけで、長期的に見ると大きなマイナスもプラスにまでなると知れた。
- ・ライフプランを見直す方法を学ぶことができてよかった。今回のようなサービスを利用していいかもしれないと感じた。

#### 第2回 ライフデザインセミナーの開催 (沖縄県立コザ高等学校：n=261)

■ はい ■ いいえ

グループワークや講義等を通して、ライフデザインの大切さを考えるきっかけとなりましたか。

261

ライフデザイン（結婚や出産等）への理解を深めるきっかけとなりましたか。又は、意識が変わりましたか。

260

周りの友人等に、今回のライフデザインセミナーへの参加を勧めたいと思いますか。

254

#### 【ご意見・ご要望等（抜粋）】

- ・将来のことを考えるきっかけになったので、たのしかったです。
- ・みんなで話して将来のことについて話して楽しかったし、分かったことも沢山あったので今回のものがあって、よかったです。
- ・お金の使い方などを考えていきたいと感じました。
- ・パートナーと協力することが大事だとわかりました。
- ・現実的に考える機会が今までなかったので、みんなで将来を考えることが楽しかったです。

出所：沖縄県ご提供資料を基に作成

## 事例 2

沖縄県

## 大学生等を対象としたライフデザインセミナー

### 取り組みの質を向上するための工夫



#### 実施対象の募集

- 高校生・大学生・専門学校生が対象。学校と密接に連携し、実施時間を確保。



#### 事業内容

- 収入・結婚・就職・子ども数・自宅の購入等について条件を設定したうえで、参加者がロールプレイング形式でライフプラン表を作成する形式を採用。
- 参加者がより現実味を持った人生設計を検討することを可能としている。



#### 事業実施後のアプローチ

- 「ライフデザインの大切さ・理解」「友人等に薦めるかどうか」について確認するアンケートを実施。

### 事業の特徴

#### ① ロールプレイング形式のワークショップの実施

→ 沖縄県は、収入・結婚・就職・子ども数・自宅の購入等について条件を設定したうえで、参加者がロールプレイング形式でライフプラン表を作成する形式を採用している。現実に即した条件の中でライフプラン表を作成することで、参加者がより現実味を持った人生設計を検討することを可能としている。

#### ② 参加者に対する明確なメッセージの伝達

→ 沖縄県が実施するセミナー・ワークショップは、結婚、妊娠・出産、子育ての各ライフステージを扱いつつも、全体を通し、参加者に対して根拠を持って誤解や知識不足からくる結婚に対するネガティブイメージが払拭できるよう意識している。明確なメッセージの伝達を心がけることで、セミナー・ワークショップの効果を増加させることができると考えられる。

## 事例 3

茨城県小美玉市

## 中学生のためのライフデザインセミナー事業

茨城県小美玉市は、進学や就業・結婚について考えるきっかけを作り、結婚・出産・子育てへの関心を高めることを目的として、中学生のためのライフデザインセミナー事業を実施しています。

### 事業の内容（予算：2,684千円【R4年度】）

#### 実施形式：（ワークショップ形式）

- ライフデザイン年表を作成するとともに、グループワークの中で自他の人生を楽しく語る機会を設けている。

#### 事業概要・実施主体

- 中学校の授業 2 時間を活用。
- 「自分」と「家族」に分け、これから自分が思い描く出来事を「**未来年表**」として作成し、グループワークの中で共有。そのうえで、講師から体験談も交え、年表の事例について解説。
- 市として事業を開始したのは、**成婚数が年々減少傾向**にあり、また**人口減少の加速化も懸念されたこと**がきっかけ。**若年世代の段階からライフデザインを自分事に捉え、様々な選択肢があることを知ったうえで将来を考えるようになる**ことを目的として実施している。
- 実施主体は外部事業者。プロポーザルで市が求める事業が実施可能な事業者を選定。

#### 実施実績・参加者数

- 市内中学校2年生・義務教育学校8年生が対象。1コマ50分×2コマ分のセミナーとして、令和4年度に計4校で実施（平成30年度に1校で実施以降、**市内全体の中学校に波及**）。令和4年度参加者総数：計405名。

#### スケジュール

- 5月 学校とスケジュール調整 ⇒ 7月 業者選定 ⇒  
8月 業者と事業内容協議 ⇒11月 事業実施



#### 講座内容の ライフステージ



結婚前、結婚



妊娠・出産



子育て

#### 講座の 実施対象



中学生

出所：小美玉市「令和4年度 中学生のためのライフデザインセミナー事業 実施報告書」を基に日本総研作成



# 事例 3

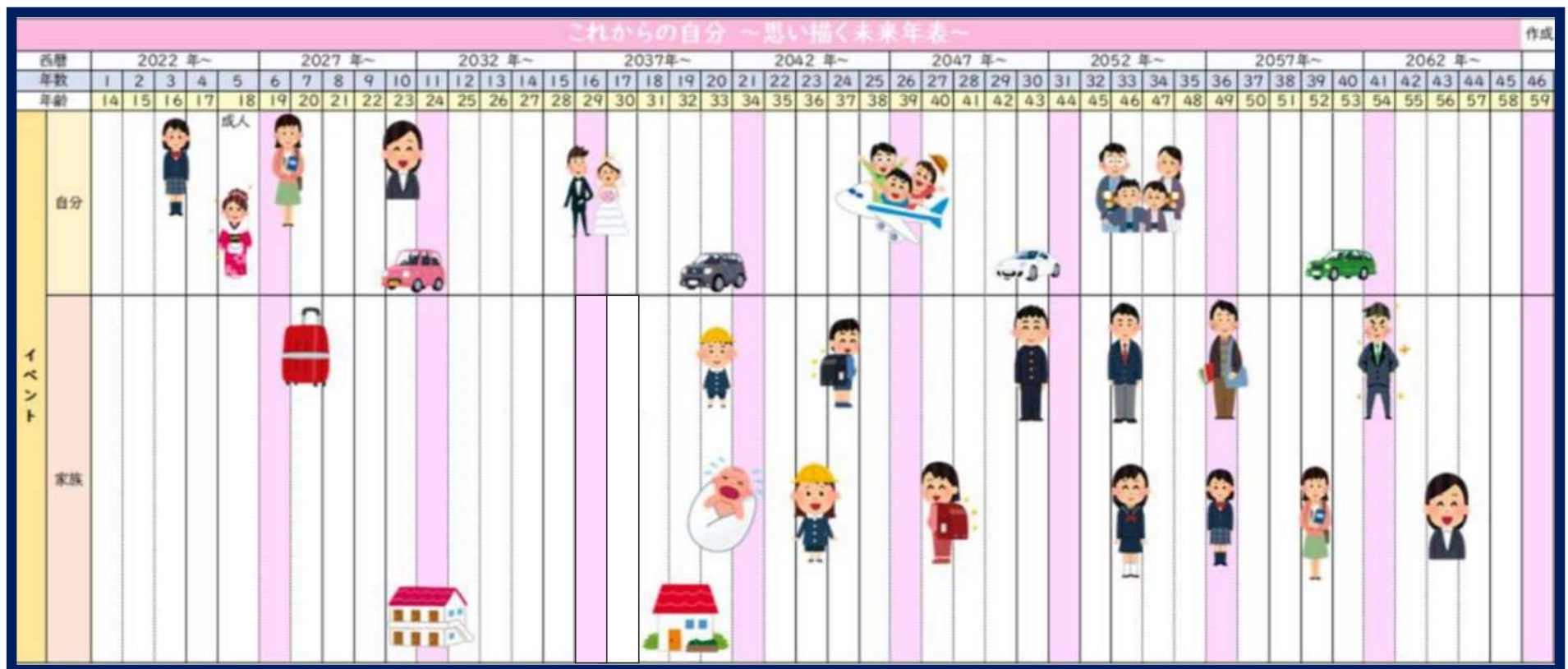
茨城県小美玉市

## 中学生のためのライフデザインセミナー事業

小美玉市の事業は、成果物がわかりやすく、かつ中学生という年代から自らのライフデザインを考える機会を提供しているところに特徴があります。また、市内全体での取組体制が構築されており、実施報告書・各校のアンケート調査結果を各校で共有している点は、他の自治体においても参考としていただくことが可能であると考えられます。

### 成果物の有無：有

- 個人で自分自身の未来年表を作成し、グループワークで共有。
- 未来年表は自分と家族に分け、これからの将来に起こるイベントをイメージで示している。中学生にとってわかりやすい形で作成。



# 事例 3

茨城県小美玉市

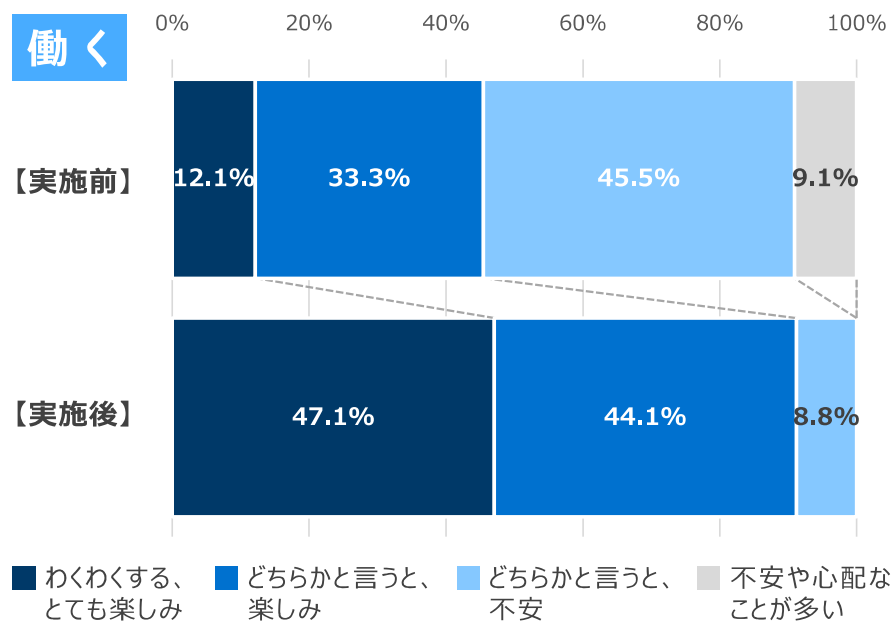
## 中学生のためのライフデザインセミナー事業

### 事業の実施前後のアプローチ：有

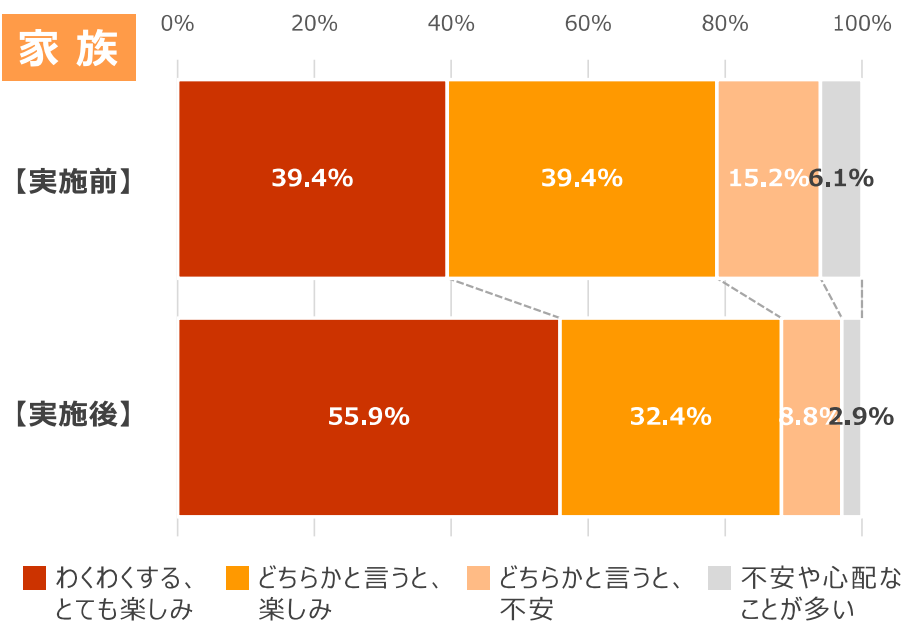
- 事前・事後にアンケートを実施。「働くこと」や「家族」をイメージしたときの気持ちについて、実施後には「楽しみ」と回答する割合が増加した。

#### 事前・事後にアンケート

##### 働く



##### 家族



#### 【上記のアンケート回答の理由について、自由記述回答より抜粋】

- ・ やりたい仕事を目指して頑張りたいと思ったから
- ・ 自分の子供を産んだ後の生活も想像することができ、楽しみだから
- ・ お金のことが不安だったけど話を聞いて少し不安が取れたから
- ・ 家族を持ったときの想像を今回の講座で考えられたので心配が減ったから

## 事例 3

茨城県小美玉市

## 中学生のためのライフデザインセミナー事業

### 取り組みの質を向上するための工夫



#### 実施対象の募集

- 少しずつ大人に近づく年代であり、また年度内に受験を控えていないことから、自らのライフデザインについて真剣に検討することが可能と考えられる**中学2年生**を対象としている。
- 平成30年度以降の市の努力により、現在**市内全体の中学校でライフデザインセミナー事業を実施する体制**が整っている。



#### 事業内容

- 中学生が作成しやすい「**未来年表**」を扱うことで、**当事者意識の醸成**を目指している。
- また、「未来年表」をもとに、**グループワークでの生徒同士の共有発表や講師の体験談**を交えることで、自らのライフデザインをより深く考えることができるような工夫を実施している。



#### 事業実施後のアプローチ

- **事前アンケートと同様の項目を事後アンケートに取り入れる**ことで、事業における効果を検証。
- 実施報告書・各校のアンケート調査結果については**市内中学校間で共有**し、各校における取組の深化に貢献。

### 事業の特徴

#### ① わかりやすい成果物の作成による事業効果の拡大

- 普段はイメージしない自分の就職・結婚・育児について、中学生が作成しやすい「未来年表」で扱うことで、対象となる**中学生の当事者意識を醸成**するとともに、「**若年世代からライフデザインを自分事に捉える**」という目的の達成に貢献する事業内容としている。

#### ② 市をあげての取組実施と効果の波及

- 過去からの市の努力が実り、**市内の中学校全体でセミナーを実施**できており、取組を中学生全体に波及させることができている。また、実施報告書・各校のアンケート調査結果（他校生徒の考え方や意見等）について、市内各校で情報共有されており、各校における取組の深化にあたり参考にされている。

## 事例 4 群馬県 思春期保健対策事業

群馬県は、若い世代が結婚や子育てを含めた将来を主体的に選択できるよう、若者向けのライフデザイン支援事業を行っています。当事業では特に、中学生・高校生を対象に、健康や性に関する知識を学び、伝える取組を実施しています。

### 事業の内容（予算：4,000千円【R3年度】）

#### 実施形式：（ワークショップ形式）

- 高校生に対し、性や健康、妊娠・出産に関する講義を実施した上で、高校生が自ら学んだ内容について、同世代に向けて情報発信を実施。

#### 事業概要・実施主体

- 毎月1回、土曜日に集まり、テーマごとに講義・動画作成を実施。
- 前半期は、プロジェクトメンバーとなる高校生及び思春期世代の若者を対象に、**生涯を通じた健康と性に関する教育を実施**。男女のからだの違いや、子宮頸がん・HPVワクチン、妊娠・出産等について学ぶ。
- 後半期は、プロジェクトメンバーを対象に学んだ内容についての発信方法について解説しつつ、プロジェクトメンバー自身が自ら学んだ内容をWebやSNS上で発信すべく、**担当テーマごとに動画の作成を実施**。
- 実施主体は外部事業者（NPO法人）。令和3年度から**プロポーザルで県が求める事業が実施可能な事業者を選定**。

#### 実施実績・参加者数

- 県内高校生が対象。1回あたり2～3時間のワークショップ等を月1回程度、計10回実施。
- 25人のプロジェクトメンバーが各回出席。

#### スケジュール

- 令和3年3月 業者選定
- 4月～事業内容検討、
- 6月～令和4年3月 ワークショップ実施

#### 講座内容の ライフステージ



妊娠・出産

#### 講座の 実施対象



高校生



出所：群馬県「GUNMA“LoveMyself”プロジェクト」(<https://gunma-lovemymself-project.jp/about>)を基に作成

## 事例 4 群馬県 思春期保健対策事業

群馬県の取組は、正しい健康や性の知識を得た上でのライフデザイン等の検討を促す、いわゆるプレコンセプションケアの内容を扱っていることに大きな特徴があります。また、成果物として作成した動画は、学生が参考にするのが可能な内容であり、WebやSNSで発信されていることから、幅広い若年層がアクセスすることが可能となっています。

### 成果物の有無：有

- プロジェクトメンバーが学んだ内容を基に、担当テーマごとに情報発信用の動画を作成。

### 作成した動画の一例



## 事業の実施前後のアプローチ：有

- 事前・事後にアンケートを実施し、実施後の変化を確認。

## 設問⑧ 自分の成長の変化は？

活動前平均 34点 → 活動後平均 76点 **42点UP!**

- ・ 女性の性的な問題に対して活動前よりもはるかに知識がついた。家族の間で妹がHPVワクチンを受けるかどうかという話が出た時に、ワクチンの効果と危険では無いということを説明できた。
- ・ 子宮頸がんワクチンをうった。
- ・ **自分の体を大切にしようという気持ちが大きくなった。**
- ・ 学校では、性や健康における体の状態しが習わなかったが、GLPでは体と精神状態の関係や普段思春期の関わりづらいうようなことまで知れた。
- ・ 正しい知識を持ったことで、友人などが生理で悩んでいるときアドバイスすることができるようになった。



令和3年度プロジェクトメンバーへのアンケート結果より

## 事例 4 群馬県 思春期保健対策事業

### 取り組みの質を向上するための工夫



#### 実施対象の募集

- プロジェクトメンバーについては、**正しい健康や性の知識の理解度・情報発信の実施レベル**を踏まえ、高校生が対象。参加希望者の中から選定。



#### 事業内容

- 講義の中でプレコンセプションケアの内容を扱い、その観点からライフデザインの検討を促している。
- また、プロジェクトメンバーが自ら学んだ内容について動画を作成することができるよう解説。



#### 事業実施後のアプローチ

- 事前・事後にアンケートを実施。**実施後の変化を確認**。
- 成果物として作成した動画はWebやSNSで**アクセス可能**。中高大生と幅広い層が視聴することが期待される。

### 事業の特徴

#### ① 正しい健康や性の知識を得た上でのライフデザイン等の検討の促し

- ➡ 思春期において得る機会の少ない「正しい健康や性の知識」について、高校生の年代から取得を促すことで、将来的な自らのライフデザインの検討や妊孕性の観点からの計画的な妊娠を支援する機会を提供している。

#### ② 波及的な効果をもたらす成果物（情報発信動画）の作成

- ➡ プロジェクトメンバーが作成する動画の内容は中学生や大学生も大いに参考にすることができる内容となっており、また、WebやSNSを発信の媒体としていることから、幅広い若年層が情報にアクセスすることができ、事業内容について波及的な効果をもたらすことにつながっている。