

事例 5 兵庫県姫路市 若年層のライフプランニング推進事業

兵庫県姫路市は、独自に作成したライフデザインシートとカリキュラムを活用し、市職員（一般行政職、保健師）と外部講師による少子化・プレコンセプションケア・マネーリテラシーの知識に関するセミナーを分担して実施しつつ、ライフプランニングに係るワークショップを共同で実施しています。

事業の内容（予算：292千円【R4年度】）

実施形式：（ワークショップ形式）

- 市職員による少子化、プレコンセプションケアの講義に加え、外部講師が金融に関する講義を実施した後、受講者がライフデザインシートを作成するワークショップを実施。

事業概要・実施主体

- セミナー受講前に、受講者が自らの考え方を整理するための「価値観シート」を市職員と生命保険会社所属の外部講師で考案。また、京都府の取組等を参考にしながら、姫路市独自のライフデザインシートを作成。
- 前半は市職員が少子化の過去・現在・未来（一般行政職）、妊娠・出産に備えた健康管理（保健師）、外部講師が将来の金融に係る知識についてセミナーを実施。後半は市独自のライフデザインシートとカリキュラムを活用し、外部講師を中心に市職員と共同してワークショップを実施。
- 『10代から進学先も含めた生き方をしっかりと考える必要がある』という考え方から、中高生・大学生等を対象としている。R5年度は、R4年度に受講した同じ高校生に対し再度ワークショップを実施。
- 令和5年度からは、プレコンセプションケアの内容をセミナー・ワークショップに取り入れ、妊孕性についても触れつつ、人生設計を逆算的に行っていくことの重要性を伝えていく。

実施実績・参加者数

- 令和4年度：実施回数3回[中学・高校・大学各1回]。ワークショップの参加者総数は計252名。

スケジュール

- ～5月カリキュラム検討、ライフデザインシート等の教材作成
6月～ワークショップ実施、6月第1回セミナー[大学生]、7月第2回セミナー[中学生]、
10月第3回セミナー[高校生]



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



高校生



大学生

出所：兵庫県姫路市ご提供資料を基に作成

事例 5 兵庫県姫路市 若年層のライフプランニング推進事業

姫路市はツール開発・ワークショップの実施を市職員と外部講師で共同することで、事業目的を直接的に達成することを狙うとともに、他自治体と比較して低予算で事業を実施しています。また、事前・事後アンケートや、過去の受講者を対象に今年度もワークショップを実施することで、講座の効果検証の工夫もしています。

成果物の有無：有

- ワークショップ参加者が事前に「価値観シート」を作成して考え方を整理したうえで、ワークショップで自らの「ライフデザインシート」を作成。

価値観シートの記入項目

<p>Q₁ 尊敬する（有名）人、好きな漫画・アニメのキャラクターは誰ですか？</p>	<p>Q₆ 自分にとって大切に思っているものを、下記の中から3つ選んで○を付けてください。</p> <table border="0"> <tr> <td>1. 人の役に立ちたい</td> <td>9. 地域・社会のために役立ちたい</td> </tr> <tr> <td>2. 社長になりたい</td> <td>10. 誰もがやったことのないことにチャレンジしたい</td> </tr> <tr> <td>3. 成功して有名になりたい</td> <td>11. 自分の能力や得意を生かしたい</td> </tr> <tr> <td>4. お金持ちになりたい</td> <td>12. モノを創る人になりたい</td> </tr> <tr> <td>5. 健康でいたい</td> <td>13. 目標や計画を立てて着実に達成させたい</td> </tr> <tr> <td>6. 自分と家族の時間を大切にしたい</td> <td>14. 世界中を飛び回るような仕事をしたい</td> </tr> <tr> <td>7. チームやグループで活動したい</td> <td>15. 将来のためにお金を貯めたい</td> </tr> <tr> <td>8. 自分で起業・会社を経営したい</td> <td></td> </tr> </table>	1. 人の役に立ちたい	9. 地域・社会のために役立ちたい	2. 社長になりたい	10. 誰もがやったことのないことにチャレンジしたい	3. 成功して有名になりたい	11. 自分の能力や得意を生かしたい	4. お金持ちになりたい	12. モノを創る人になりたい	5. 健康でいたい	13. 目標や計画を立てて着実に達成させたい	6. 自分と家族の時間を大切にしたい	14. 世界中を飛び回るような仕事をしたい	7. チームやグループで活動したい	15. 将来のためにお金を貯めたい	8. 自分で起業・会社を経営したい	
1. 人の役に立ちたい		9. 地域・社会のために役立ちたい															
2. 社長になりたい	10. 誰もがやったことのないことにチャレンジしたい																
3. 成功して有名になりたい	11. 自分の能力や得意を生かしたい																
4. お金持ちになりたい	12. モノを創る人になりたい																
5. 健康でいたい	13. 目標や計画を立てて着実に達成させたい																
6. 自分と家族の時間を大切にしたい	14. 世界中を飛び回るような仕事をしたい																
7. チームやグループで活動したい	15. 将来のためにお金を貯めたい																
8. 自分で起業・会社を経営したい																	
<p>Q₂ 自分の死後、どのような人だったと言われたいですか？</p>																	
<p>Q₃ 今一番、何に幸福を感じますか？</p>																	
<p>Q₄ もしも3億円あったら何に使いますか？</p>	<p>Q₇ 自分がやりたいことや達成したいことなどを書き出してください。やりたいことの大きさを問わず、「○○に行きたい」「○○が欲しい」など思いつくままに出来るだけたくさん書いてみてください。</p>																
<p>Q₅ 自分の時間を優先したいですか、家族との時間を優先したいですか？いずれか1つに○を付けてください。 (1.自分の時間 2.家族との時間 3.その他 ())</p>	<p>Q₈ 人にしてあげたいことを書き出してください。「○○の話を聞いてあげる」「○○のお手伝いをする」など自分が誰に何をしたいかを書いてみてください。</p>																

事例 5 兵庫県姫路市 若年層のライフプランニング推進事業

成果物の有無：有

- ワークショップ参加者が事前に「価値観シート」を作成して考え方を整理したうえで、ワークショップで自らの「ライフデザインシート」を作成。



人生をシミュレーションしてみよう！

あなたにデザインしてもらいたいのは、あなたのこれからの人生です。

「今は勉強で忙しい」「即活・サークルで精一杯」「とにかく今が大事」
そんな人も多いでしょう。
でも一度立ち止まって書いてみませんか？将来のことを。

若いあなただからこそ、勉強や部活だけでなく、働くこと、結婚・子育て
そして、その先の人生設計について考えて欲しいのです。

今日、未来の自分をイメージしたら、
明日から、その一歩を始められるかもしれません。


HIMEJI CITY
姫路市

_____年 ____月 ____日に
名前 _____ が

**デザインする
これからの人生**

WORK-STUDYとLIFEのバランスを絵でつないでみよう

▲ LIFE	▼ WORK・STUDY	現在	5年後	10年後	15年後	20年後	25年後	30年後	35年後
		歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳

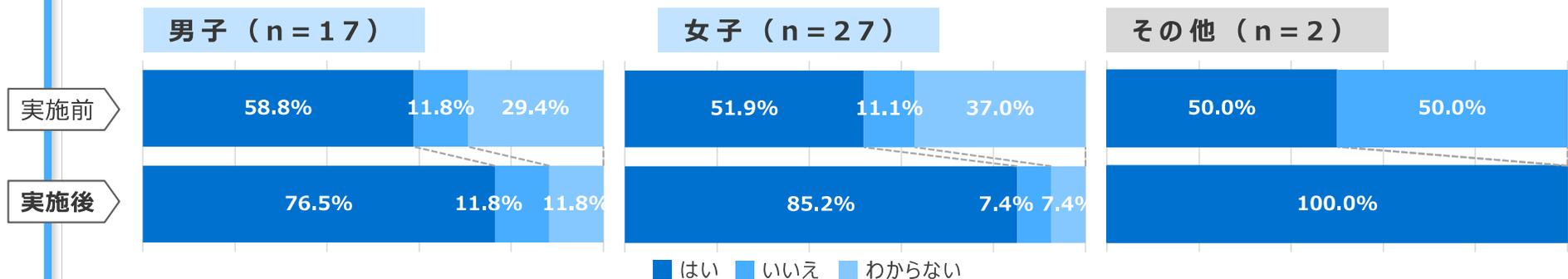
これまで大切にできたことは？ 今できることは？ あなたの密かな野望は？ 未来に獲りたいモノは？ ライフデザインで買付いたことは？

事例 5 兵庫県姫路市 若年層のライフプランニング推進事業

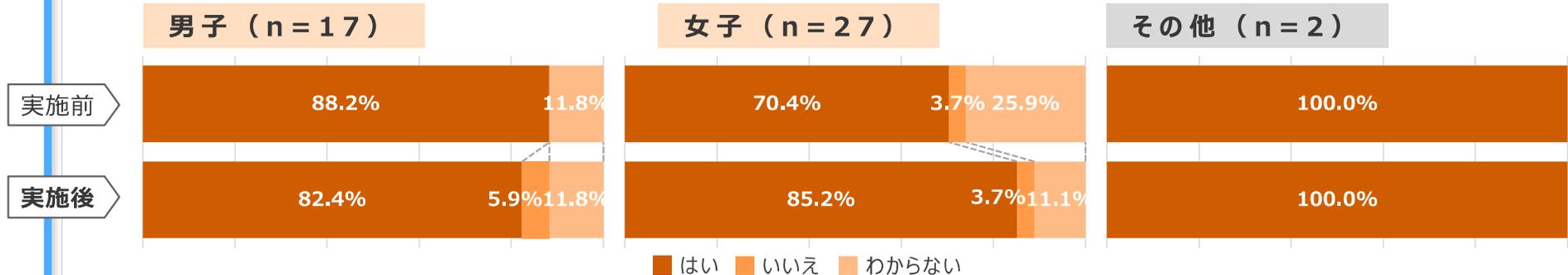
事業の実施前後のアプローチ：有

- 講座の効果を知るため、事前・事後に将来の結婚・出産に対する考え方についてアンケートを実施。オンライン申請により、回答を集計（以下はある学校でのアンケート結果）。

Q1 将来、結婚したいと思いますか？



Q2 (結婚した場合) 結婚後も働きたいですか？



出所：兵庫県姫路市ご提供資料を基に作成

事例 5 兵庫県姫路市 若年層のライフプランニング推進事業

取り組みの質を向上するための工夫



実施対象の募集

- 中高生・大学生等を対象とし学校と密接に連携を図り実施時間を確保。
- 受講生の学年に合わせた基本プログラムに学校側のオーダーを組み合わせ、オンリーワンのプログラムを提案。



事業内容

- 市と外部講師が共同開発したツール・カリキュラムによる少子化・プレコンセプションケア・マネーリテラシーに関するセミナー、及びワークショップの2段構えで実施。
- 逆算的な人生設計の重要性を受講者に直接伝えるとともに低予算で事業を実施。



事業実施後のアプローチ

- 参加者に対する事前・事後アンケートの実施により、講座の効果に係る検証を実施。
- R5年度は、R4年度に受講した同じ高校生に再度ワークショップを実施することで、1年後の考え方の変化の有無を分析。

事業の特徴

① 市職員と外部講師によるツールの開発・ワークショップの共同実施

→ ライフデザインシートの開発やワークショップの実施を市職員と外部講師が共同で実施しており、予算についても他団体と比較すると規模が小さい。今後、ライフプランニング講座の実施を検討する自治体にとっては、実施に向けた準備等について参考とすることが可能と考えられる。

② 講座の効果検証に係る工夫

→ 受講者に対する事前・事後アンケートの実施により、講座の効果に係る検証を実施している。また、R5年度は、R4年度に受講した同じ高校生に再度ワークショップを実施しており、受講者の考え方の変化についても確認することが可能である。

事例 6 東京都 結婚設計図を作成するワークショップ^o (TOKYO結婚おうえんフェスタ)

東京都は、2023年7月に開催された「TOKYO結婚おうえんフェスタ」の中で、婚活コーディネーター主導により「結婚設計図」を作成するワークショップを開催しました。このワークショップは事前に参加者を募集する形ではなく、当日会場付近で興味を持った方々が参加する形式で実施されました。

事業の内容（予算：【結婚イベント事業費用の一部】）

実施形式：（ワークショップ形式）

- イベント会場にて参加者が講師の解説を受けながら自らの「結婚設計図」を作成。

事業概要・実施主体

- 「TOKYO結婚おうえんフェスタ」内のイベントコンテンツとして、有楽町駅前の会場で参加者が「**結婚設計図**」を作成。
- 婚活コーディネーターの解説を基に、「休日の日の過ごし方」「外出で行きたい場所」などを整理したうえで、**自身の結婚観や目指すライフスタイルをイメージ**することを目的とする。作成した結婚設計図は自らの成果物として持ち帰ることが可能。
- **参加者の事前募集は行わず**、当日の会場付近で興味を持った20～30代の方々の参加を見込んでいたところ、婚活コーディネーターの充実した解説、進行などにより、見込みよりも多くの参加者を集めることができた。
- 講師は**婚活コーディネーター**。「より気軽に参加できるイベント」の開催を目指し、それに当てはまるコンテンツを企画運営できる婚活コーディネーターに依頼することを決定した。

実施実績・参加者数

- 約15分程度のワークショップを3回程度開催。ワークショップの参加者総数は計80名。

スケジュール

- 4月 業者選定、5月～事業内容検討、7月ワークショップ実施



講座内容の ライフステージ



結婚前、結婚

講座の 実施対象



社会人
(学生も含む)

事例 6 東京都 結婚設計図を作成するワークショップ[®] (TOKYO結婚おうえんフェスタ)

本取組は、カップル成立に関し豊富な経験を有する講師の解説により、「結婚設計図」という成果物を手軽に作成することが可能であったことが、多くの参加者を集めた要因と考えられます。また、事前に参加者の募集を行わず、当日募ることで、普段は自らの人生設計について深く意識しない層にもアプローチすることができたと考えられます。

成果物の有無：有

- ワークショップ参加者が、講師である婚活コーディネーターが作成した「結婚設計図」上で自らの考え方を整理し、結婚へのイメージを具体化。



貴方の婚活がはかどる♡
結婚設計図を作ろう!

理想の相手を探す際に必要なが価値観のすり合わせ。このシートは、自分が目指す結婚スタイルやライフスタイルを具体的にイメージするための設計図です。

記入することで自分の価値感を見る化し、目指す結婚スタイルを認識することができます。

完成した設計図は、将来設計に近い人を見つけるためのチェックリストとして、また、目的地(ベストパートナー)へたどり着くためのサポートマップとしてお役にください。

注) 価値観のすり合わせで100%マッチする人を見つけるのはなかなか難しいことなので、妥協点や歩み寄れるポイントもイメージしておきましょう。

～婚活コーディネーター荒木直美からのエール～

私が婚活でおすすめているのは、「職業・年収」や「身長・見た目」で相手を選ぶより、上記の内容をすり合わせて「分かち愛」できる相手を探すこと。当たり前でない会話を中身にたどり着けず、婚活にやるせなさを感ずるより、このシートを使って、本当に聞きたいことを話し「一緒に生きていけやすい相手を見つける」世界で一つだけの婚活に挑戦してみてください。

東京都結婚交際サポートサイト
[TOKYO:おたりSTORY]

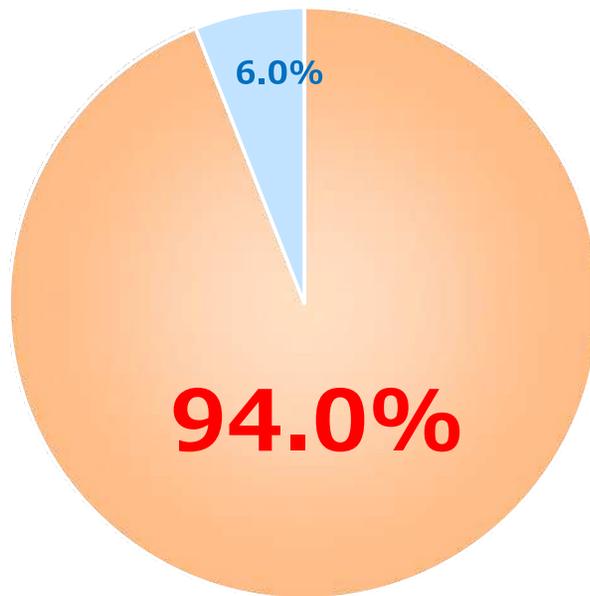
Copyright 2023 © 荒木直美 All Rights Reserved. 無断転載は固くお断りいたします。

出所：東京都ご提供資料を基に作成

事業の実施前後のアプローチ：有

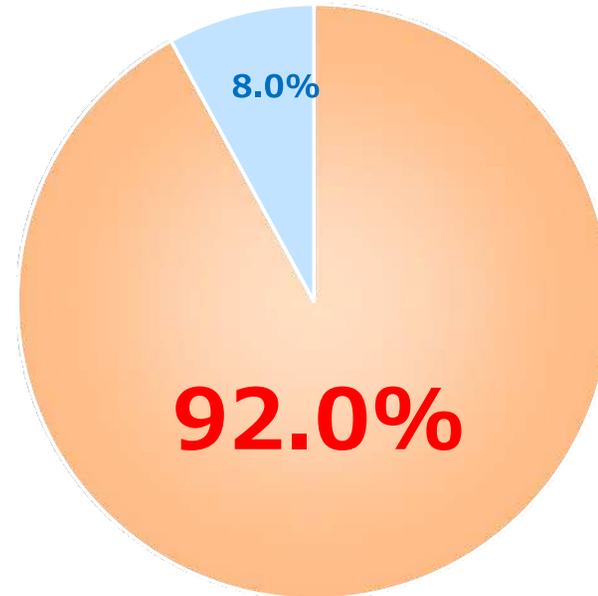
- フェスタの参加者全体に対してアンケートを実施。

本日のイベントに参加して、
結婚や婚活について
前向きな気持ちになりましたか。



■ とてもそう思う・そう思う ■ それ以外の回答

本日のイベントは、
ご自身の結婚や婚活を考える、
動き出すきっかけになりましたか。



■ とてもそう思う・そう思う ■ それ以外の回答

事例 6

東京都

結婚設計図を作成するワークショップ（TOKYO結婚おうえんフェスタ）

取り組みの質を向上するための工夫



実施対象の募集

- 事前に参加者の募集を行わず、あえて当日会場付近で参加者を募る形式。
- 上記により、普段は自らの人生設計について深く意識しないと考えられる方々に対し、将来の結婚について考える機会を提供することができた。



事業内容

- カップル成立について豊富な経験を有する講師による充実したワークショップを参加者に提供。
- 参加者に対し、手軽に自らの結婚観を整理することができる「結婚設計図」の作成を促す。



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。
- 参加者が作成した「結婚設計図」については持ち帰ることが可能。

事業の特徴

① 豊富な経験を有する講師による手軽な成果物作成が可能なイベント

→ これまで多数のカップルを成立させてきた婚活コーディネーターが、その経験を基に丁寧な解説を実施したことや、比較的容易に作成が可能な「結婚設計図」を扱うことで、参加者のハードルを上げることなく自らの「結婚」について自然に考える機会を提供することができている。

② 普段は自らの人生設計を意識しない層へのアプローチ

→ 事前に参加者の募集を行わず、当日会場付近で参加者を募ることで、普段は自らの人生設計について深く意識しないと考えられる方々に対し、将来の結婚について考える機会を提供することができている。

事例 7

島根県

乳幼児触れ合い体験と生の楽習講座事業

島根県は、家族の役割を再認識し、子育てに対する理解を深めるため、小・中・高生を対象に実際の乳幼児と触れ合う機会を設ける、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：7,788千円（R4年度））

実施形式：（ワークショップ形式）

- 助産師からの講義ののち、親子ボランティアによる触れ合い体験・妊婦体験を実施。

事業概要・実施主体

- 県内の小・中・高生に対し、授業内で講座を実施。
- 助産師会は妊娠・出産のプロセスを講義。その後、乳幼児がいる世帯の親子ボランティアとの触れ合い体験や、赤ちゃん人形、妊娠シミュレーターを用いた妊婦体験を実施。
- 2002年から島根県助産師会が、「命の尊さ」「妊娠・出産の感動・素晴らしい」「親子の絆」等に関する出前講座で実績を挙げていた。その実績を生かし、講義・触れ合い体験・妊婦体験を通じて、**妊娠や出産の正しい知識を教示するとともに、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している。**
- 実施主体である助産師会には、島根県側から委託を実施。

実施実績・参加者数

- 市内小中高生が対象。令和4年度には小学校93、中学校55、高等学校等11、計159回実施。令和4年度参加者総数：計7,770名。

スケジュール

- 4月 島根県助産師会と委託契約（専門性、広域性等により随意契約）
6月生の楽習講座・触れ合い体験実施



講座内容のライフステージ



妊娠・出産



子育て

講座の実施対象



小中高生

事例 7

島根県

乳幼児触れ合い体験と生の楽習講座事業

島根県の事業は、講座の実施について豊富な経験を有する助産師会（バースデープロジェクト）の力を存分に生かしていることに大きな特徴があります。充実した講座内容を提供している他、近年では助産師会、受講者の双方向性確保のため、触れ合い体験や妊婦体験を展開しています。

実効性・双方向性の確保：講義内容と触れ合い体験・妊婦体験

- 助産師会が、オリジナルの紙芝居等を作成して、妊娠・出産のプロセスを解説したり、出産シーンを実演することにより、講義の有効性を確保。
- 乳幼児がいる世帯の親子ボランティアとの触れ合い体験や赤ちゃん人形、妊娠シミュレーターを用いた妊婦体験により、児童生徒が具体的なイメージを持つことができるよう工夫している。



事業の実施前後のアプローチ：有

- 事後に、参加した児童生徒に対して自由記述によるアンケートを実施。
- 各校の教諭からは、自由記述による感想に加え、こどもたちの反応についての報告書を提供してもらっている。

	児童・生徒の感想 	教員の感想 
小学生対象の 「生の楽習講座」	<ul style="list-style-type: none"> ● 私が子どもを産むときまで何年かかるのでしょうか。楽しみです。 ● 命の誕生にはいろいろな人の思いが関わっているのだと思いました。 ● これからは妊婦さんを見かけたら手伝ってあげたいです。 ● お母さんがこんなに頑張って私を産んでくれたということが分かった。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 担任が授業するよりも、はるかに子どもたちの学びや気づきになる。 ● 実際の赤ちゃんに触れたり、友達の心音を聞いたり、目を輝かせながら命の重みを体感できた。 ● 幼稚園の時にも、この話を聞いたと話す児童がいた。年齢に合わせて繰り返し学ぶことが大切。 ● インターネット社会で情報が氾濫している中、正しい情報や家族の思いを伝えることは重要。 ● 講座（保護者参観）後、多くの家庭で産まれてきた時の写真やビデオを親子で見たり、幼い頃のエピソードを語り合ったと聞いた。
中学生対象の 「生の楽習講座」	<ul style="list-style-type: none"> ● 実際に赤ちゃんに触れ合い、赤ちゃんの表情やしぐさなどを見ることで、命の尊さや周りの人たちに支えられていることを実感した。 ● 自分の存在が家族にとって大切なものであることが分かった。 ● 周りの人に感謝したい、親にありがとうと伝えたい。 ● 命の尊さ、家族への感謝、妊婦への気遣いの必要性を感じた。 ● 思春期の不安や悩みを感じているのは自分だけではないことが分かり安心した。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 妊娠から出産までを「母親の気持ち」として話されたので、初めて聞く「親の気持ち」が印象に残った生徒が多かった。 ● 実際の可愛らしい赤ちゃんに触れることで、生徒は幸せそうで、自分たちが愛され、育てられてきたことを実感したり、 ● 子どもを育てることに良い印象を持った生徒も多かったのではないかと。 ● 男女ともにお互いを尊重し合うことの大切さを学ぶ貴重な時間だった。 ● 保健体育の授業とこの講座（助産師の立場からの正しい知識習得）をつなげた性教育の授業展開を考えていく。
高校生対象の 「生の楽習講座」	<ul style="list-style-type: none"> ● 出産や妊娠の時は男性の協力が必要だと感じた。 ● 中学生の時も同じ授業を受けたが、知識の薄かった中学のときよりもいろんなことを理解し、お互いに思ったことを言える関係性を作っていくことが大切だと学んだ。 ● SNSやニュースでみるより正しい知識を分かりやすく教えてもらった。 ● 生理で不安になることが多いので、助産師さんに電話するのもいいかな。 ● 妊婦体験で赤ちゃんの重さや苦勞が体験できた。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 性感染症や人工妊娠中絶について生徒も身近な問題として捉えることができた。 ● 赤ちゃんパワーは偉大です！

出所：島根県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

- 小中高生が対象。小学生には「命の大切さ」を伝え、中高生には**将来の具体的なイメージを喚起してもらう**ことを目的としている。
- 小中高生を幅広く対象とし、年齢に応じた話を繰り返し実施することで、**家族形成が「うれしいもの」「感動するもの」ということを実感させる**ことも狙いとしている。



事業内容

- 助産師会が充実した講義内容を展開。
- その後の触れ合い体験・妊婦体験を通じて妊婦への配慮や親、家族（周囲）への感謝の気持ちを育んだり、子どもをもつ喜びに触れ、**子どもの誕生した将来を具体的にイメージ**することを可能としている。



事業実施後のアプローチ

- **事後アンケート**において児童生徒からの感想を具体的に把握。
- 各校の教諭から報告書を提出してもらうことで、**客観的な視点からの事業の効果・更なる改善点を把握**している。

事業の特徴

① 小中高生が具体的なイメージを喚起することができる工夫

→ 助産師会による充実した講義の内容や、双方向性を確保している触れ合い体験・妊婦体験により、小中高生の時期から妊娠・出産、子育てについて具体的なイメージを喚起することが可能となっており、児童生徒が十分な情報を得た上で自分の将来について考えることの一助となっていると考えられる。

② 年齢に応じた講座の繰り返しの受講による効果の波及

過去からの助産師会の実績を生かしつつ、小中高生の各段階で講座を繰り返し受講できる体制を設けることで、家族形成について、「うれしいもの」「感動するもの」というイメージを実感し、講座の効果を波及することを目指している。

事例 8 宮城県石巻市 子育て参加促進事業「ライフデザインセミナー事業」

宮城県石巻市は、中学生を対象に、心と体の成長、命の大切さや子供を産み育てることに対する理解を深める講義・体験を行うとともに、実際の乳幼児と触れ合う機会を設ける、ライフデザインセミナー事業「親になるための教育事業」を実施しています。

事業の内容（予算：1,769千円（R5年度））

実施形式：（講義・体験形式）

- 助産師からの講義と抱っこ体験ののち、乳幼児がいる世帯とのコミュニケーションを実施。

事業概要・実施主体

- 中学校の保健体育等の授業時間を活用。
- 前半は助産師会が、**妊娠や出産について講義**を実施し、中学生への啓発を実施するとともに、**器具を用いた赤ちゃんの抱っこ体験や妊婦ジャケット着用体験**を実施。後半はクラスをグループに分け、NPO法人が招いた**親子との触れ合い体験**を実施。
- 思春期の中学生に対して命の尊さ、また、家族形成の意識を啓発していくことが大きな狙い。父親・母親によるリアルな子育ての姿を見せることで、**夫婦が協力して子育てに当たることの重要性**を伝えたり、中学生が持つ**妊娠・出産、子育てのイメージをより具体化**することも目的としている。
- 実施主体は石巻市。助産師会や子育て支援のNPO団体に業務を委託し、事業を実施。

実施実績・参加者数

- **市内中学生**が対象。保健体育等の授業時間（計90分）で、令和5年度に計12校で実施。令和5年度参加者総数：計682名。

スケジュール

- 4月 業者選定 5月～事業内容検討、9月～事業実施



講座内容の ライフステージ



妊娠・出産



子育て

講座の 実施対象



中学生

事例 8 宮城県石巻市 子育て参加促進事業「ライフデザインセミナー事業」

石巻市の事業は、妊娠・出産について詳しい助産師から妊娠・出産についての講義を受ける他、抱っこ体験や、子育てを実際に行っている親子との触れ合いによって、中学生が子育てのイメージを具体的に持つことを可能としていることに大きな特徴があります。

双方向性の確保：抱っこ体験・妊婦ジャケット着用体験と触れ合い体験

- 講義の中では、器具を用いて赤ちゃんを抱っこする体験や妊婦ジャケット着用体験を実施。
- 触れ合い体験の中では、実際の親子とコミュニケーションをとる機会を設けることで、中学生が具体的なイメージを持つことができるよう工夫している。



事例 8

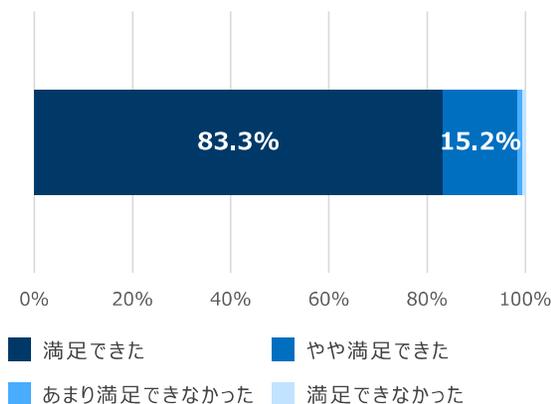
宮城県石巻市

子育て参加促進事業「ライフデザインセミナー事業」

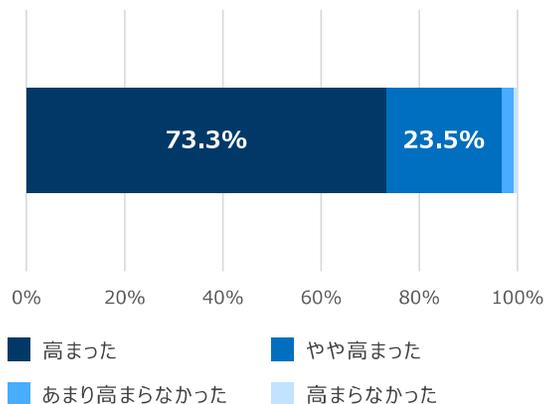
事業の実施前後のアプローチ：有

- 事前・事後にアンケートを実施。子育てに関し、理解度や関心度が上がったという回答が非常に多い（下記は令和5年度事業におけるアンケートの実施結果：n=682）。

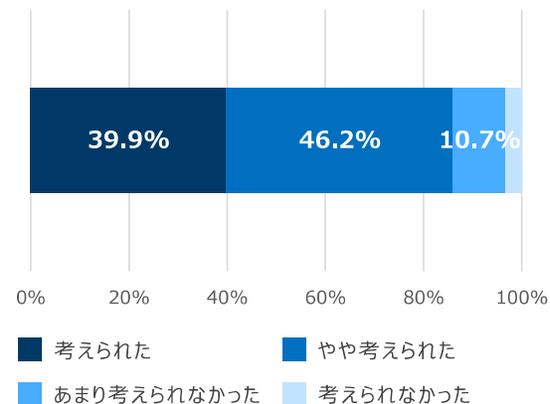
① 参加者の事業に対する満足度



② 授業を受けて子育てに対する理解が高まった生徒の割合



③ 人生設計について考えるきっかけとなった参加者の割合



【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】

- ・この授業を受けて、子育ての大変さの理解が深まりました
- ・妊婦体験をして親の偉大さが分かりました
- ・この体験を通して、子育ての難しさや命の尊さについてよく学ぶことができました
- ・今回の授業で、子育てには男の人の協力も必要だということや、妊婦さんはこんなに大変なんだなと知ることができました
- ・こんなに女性が大変な思いをして、産まれた命ならそれは大切だと心から理解しました。将来、パートナーのためにやれることは全部やろうと思いました
- ・出産の大変さや、命がどれだけ大切なのか、私たちがどれだけ親に愛されてきたのか分かる授業でした

事例 8

宮城県石巻市

子育て参加促進事業「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

- 将来についてのイメージが徐々に具体化しており、保健体育等の授業で扱うことが可能であることから、**中学生**を対象としている。
- 助産師会・NPO法人の協力を得て、現在**市内のほとんど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

- 講義内で器具を用いて「**赤ちゃん抱っこ体験**や**妊婦ジャケット着用体験**」を実施し、妊婦の大変さや赤ちゃんが生まれた際の対応を体験できる場を準備。
- その後の触れ合い体験でも実際の親子とコミュニケーションをとる場を設けることで、**自分の将来を具体的にイメージ**することを可能としている。



事業実施後のアプローチ

- **事前アンケート・事後アンケート**をそれぞれ実施することで、事業における効果を検証。
- 事後アンケートでは、実施前と比べた「**子育てに関する関心度**」「**夫婦で協力して家事育児に取り組む意思**」を確認することが可能。

事業の特徴

① 助産師会・市内NPO法人の協力体制

→ 妊娠・出産について豊富な知見を有する助産師会の協力を得て講義を実施。また、触れ合い体験については市内NPO法人が子育て世帯の参加を調整・促進することで、受講する中学生が講義・触れ合い体験から最大限の効果を得ることができるよう工夫している。

② 事業内の双方向性の確保による具体的なイメージの喚起

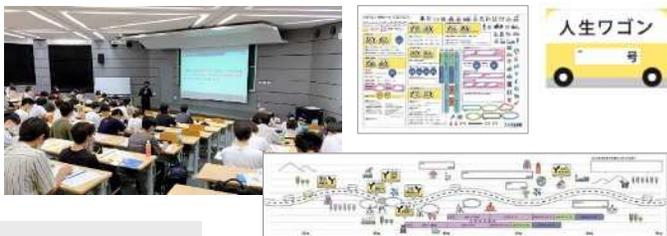
→ 器具を用いた抱っこ体験や妊婦ジャケット着用体験・子育て世帯との触れ合い体験の実施により、家族形成の意識を啓発するとともに、中学生が妊娠・出産、子育てについてより具体的にイメージを持つことが可能となるよう工夫している。

民間事業者の取組紹介 | ライフプラン（ライフデザイン）分野

民間事業者において、ライフプラン（ライフデザイン）分野での事業を行っている一例は以下のとおり。

リクルートブライダル総研 「ライフデザイン講座」

若者が、ライフイベントにおける自律的選択のヒントを見つけ、キャリアや結婚、家庭づくりについて理解し、「自分ごと化」できる講座を提供



事業概要

- 大学生を中心とした若者（今後は中高生、社会人と拡張）向けの講座。
- 「自分ごと化できる」特別ツールを用いて、主観的な価値観や理想を可視化。
- 客観的データの理解と、グループワークによる多様な視点を提供。

講座の実施対象

中高生

大学・
専門学生

社会人

実施実績・参加者数

- 大学生、専門学生、若手社会人中心に、延べ10,000名が受講

自治体取組への示唆・参考となるポイント

- 結婚や出産、育児、家庭など広い観点で、参加者の主体的選択を狙うことが可能。
- 特別ツールや独自データ活用など、ライフデザイン（結婚や家庭など）に特化した内容に。

NPO法人manma 「家族留学」

大学生や社会人が子育て家庭の1日に同行する体験型プログラム



事業概要

- 仕事と子育ての両立やパートナーシップに不安や関心のある大学生や社会人が、国内の子育て家庭と交流する体験型プログラム（対面orオンライン型）。
- 子供との触れ合い体験 / 多様なロールモデルとの出会いを通して「結婚・子育て」と「働く」の両面から自身のライフキャリアと向き合う。

講座の実施対象

大学・
専門学生

社会人

実施実績・参加者数

- 累計：約700名の参加
(平均年齢18歳~35歳の男女)

自治体取組への示唆・参考となるポイント

- 実際の子育てを行っている家庭や子どもと触れ合うことで、実体験として学びを得ることが可能。

民間事業者の取組紹介 | ライフプラン×ファイナンシャルプラン分野

民間事業者において、ライフプラン×ファイナンシャルプラン分野での事業を行っている一例は以下のとおり。

ソニー生命 「ライフプランニング授業」

全国各地の小学校～大学・専門学校等へ
ライフプランニングの体験型授業を提供



事業概要

- 社会貢献活動の一環として、全国各地の小学校～大学・専門学校等で行っているライフプランニングの体験型授業。
- 「講師はライフプランナー」、「仮想の家族でライフプランニング」、「シミュレーショングラフで人生を「見える化」という点が特徴。

講座の実施対象

中高生

大学・
専門学校生

実施実績・参加者数

- 受講者累計：202,361人
(2023年3月末時点)

自治体取組への示唆・参考となるポイント

- 従来の教育現場での「ライフプランニングの大切さ」という視点に加えて、これから結婚を考えている層に対する結婚支援活動への連携も可能かと考えられる。

SMBCコンシューマーファイナンス 「金融経済教育セミナー」

開催先の要望に応じて、高校生・大学生を中心とした
講義形式のプログラム・対話型のプログラムを提供



事業概要

- 金融リテラシー向上への取組として実施しているセミナー。
- セミナーは、お金に関する正しい知識の習得を目的とした講義形式のプログラムと、グループワークを中心とした対話型プログラムがあり、開催先の要望に応じてセミナー構成・教材を企画・調整したうえで開催。

講座の実施対象

中高生

大学・
専門学校生

社会人

実施実績・参加者数

- 2022年度開催実績：動員数
242,070人

自治体取組への示唆・参考となるポイント

- デジタルコンテンツ等を作成することで復習を促したり、金融リテラシーの習熟度計測が可能な資格制度の設立により継続的な学習を促すことが可能。

自治体以外の取組紹介 | 学校等での取り組み

自治体以外の団体・事業者について、学校等での取り組みを行っている一例は以下のとおり。

熊本県立菊池高等学校 婚活イベントの企画によるライフデザイン教育

地域の結婚希望者に対して、高校生が婚活イベントを企画。高校生のライフデザイン教育へと繋げる。



事業概要

- キャリアデザイン授業の一環として、地域活性化を目的として、地域の結婚希望者を対象とした婚活イベントを高校生が自らが企画・運営。高校生が企画・運営することで、高校生の結婚に関する価値観やライフデザイン教育につながるるとともに、地域の出会い不足解消に寄与。

講座の実施対象

中高生 (企画側) 大学・専門学生 社会人 (参加者側)

実施実績・参加者数

- 70名 (参加者側) (3年累計) ※成婚事例も存在

自治体取組への示唆・参考となるポイント

- 高校生側にはライフデザイン教育となり、地域全体としては地域活性化に加え、開催自治体への定住や少子化への対策に寄与する。

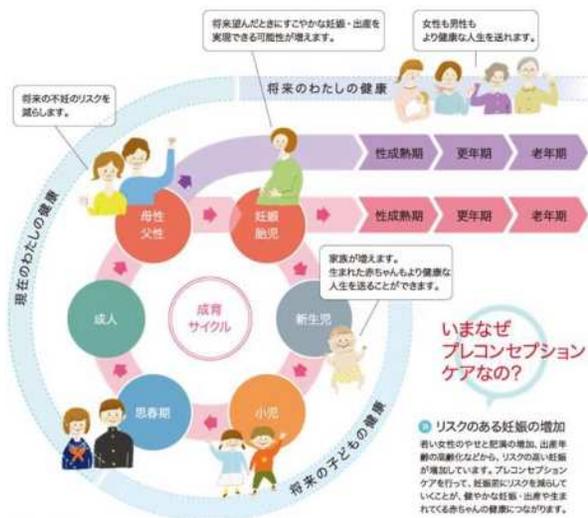
自治体以外の取組紹介 | プレコンセプションケアに係る取り組み

- 国立成育医療センターでは、プレコンセプションケアに係る取組として「プレコンノート」を提供している。
- 若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合う「プレコンセプションケア」のポイントを学びながら、5つのプレコンActionを起こす準備が可能。 ※ プレコンノートは厚生労働科学研究費補助金（厚生労働省）により作成されたものである

国立成育医療センター 「プレコンノート」

プレコンセプションケアのポイントを学びながら5つのプレコンActionを起こす準備の支援

プレコンセプションケアとは



・「プレコンセプションケア」は若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと。次世代を担う子どもの健康にもつながるとして近年注目されているヘルスケアです。早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子どもの健康の可能性を広げます。

プレコンノートについて

5つのプレコンAction できるものからひとつずつ行ってみましょう。

Action1	いまの自分を知ろう (P6-9)	生物学的な男女の違い 多様性 適正体重 運動 ストレス 基礎体温
Action2	生活を整えよう (P10-11)	栄養 薬 危険ドラッグ 喫煙 飲酒
Action3	検査やワクチンを受けよう (P12-13)	感染症 ワクチン 生活習慣病 がん
Action4	かかりつけ医を持とう (P14-15)	婦人科 月経 避妊 歯科 持病
Action5	人生をデザインしてみよう (P16-17)	人生デザインシートを書いてみよう

Action1
いまの自分を知ろう

Action2
生活を整えよう

Action3
検査やワクチンを受けよう

Action4
かかりつけ医を持とう

Action5
人生をデザインしてみよう

・ プレコンノートを使えば、プレコンセプションケアのポイントを学びながら5つのプレコンActionを起こす準備ができます。