

キャリア・パスポート（例示資料）

中 学 校

（生徒用）

中学生のみなさんへ

みなさんが、これからの社会の中で、自らの可能性を伸ばし、多様な人々と協働しながら、豊かな人生を切り拓き、よりよい地域・社会の創り手となっていくために、自分らしい生き方への実現に向け、以下の力をさらに伸ばしていくことを願っています。

《中学生生活でさらに伸ばしてほしい4つの力》

<p>【人間関係形成・社会形成能力】</p> <p>多様な他者の考えや立場を理解し、相手の意見を聴いて自分の考えを正確に伝えることができるとともに、自分の置かれている状況を受け止め、役割を果たしつつ他者と協力・協働して社会に参画し、今後の社会を積極的に形成することができる力</p> <p>《例》 他者の個性を理解する力、他者に働きかける力、コミュニケーション・スキル、チームワーク、リーダーシップなど</p>	<p>【自己理解・自己管理能力】</p> <p>自分が「できること」「意義を感じること」「したいこと」について、社会と相互関係を保ちつつ、今後の自分自身の可能性を含めた肯定的な理解に基づき主体的に行動すると同時に、自らの感情を律し、かつ、今後の成長のために進んで学ぼうとする力</p> <p>《例》 自己の役割の理解、前向きに考える力、自己の動機付け、忍耐力、ストレスマネジメント、主体的行動など</p>
<p>【課題対応能力】</p> <p>仕事をする上での様々な課題を発見・分析し、適切な計画を立ててその課題を処理し、解決することができる能力</p> <p>《例》 情報の理解・選択・処理等、本質の理解、原因の追究、課題発見、計画立案、実行力、評価・改善など</p>	<p>【キャリアプランニング能力】</p> <p>「働くこと」を担う意義を理解し、自らが果たすべき様々な立場や役割との関連を踏まえて「働くこと」を位置付け、多様な生き方に関する様々な情報を適切に取捨選択・活用しながら、自ら主体的に判断してキャリアを形成していく力</p> <p>《例》 学ぶこと・働くことの意義や役割の理解、多様性の理解、将来設計、選択、行動と改善など</p>

みなさんには、授業や学校行事、部活動などでの様々な体験や学びを通して、これらの力を伸ばし、自ら成長させることを意識してほしいと思います。

そして、この「キャリア・パスポート」で、中学生生活を振り返ったり見通したりしながら、学びの軌跡を記録し、積み重ねていくことが、みなさんの今後の人生を創っていくための「道しるべ」になることを願っています。

〇〇中学校のみなさんへ

〇〇中学校で卒業までに身につけてほしい力とは

キャリア・パスポートを作成するねらい

生徒たちへのメッセージ

〇〇年 4 月
〇〇中学校 校長 ▲▲ ▲▲

中学 1 年生 学年初め

記入日 年 月 日

○今の自分を見つめて

今の自分（自分の好きなこと・もの、得意なこと・もの、頑張っていることなど）

私の自己PR（自分のよいところ）

こんな大人になりたい（将来の夢）

そのために、つけたい力



○なりたい自分になるために身につけたいこと（目標）と、そのために取り組みたいこと

学習面の目標

そのために



生活面の目標

そのために



家庭・地域での目標

そのために



その他（習い事・資格取得など）の目標

そのために



先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学 1 年生 学期を振り返ろう

記入日 年 月 日

○今学期を振り返って

学期初めに身につけようと思ったことについて、 自分の気持ちに一番近いところに○をつけよう	あてはま る	やや あてはま る	あまり あてはま ない	あてはま らない
学習面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
生活面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
家庭や地域で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
その他（習い事・資格取得など）で 身につけようと思ったことが身についたと思う				

○各項目の振り返りと、今後、挑戦・行動しようと思うこと

学習面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
生活面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
家庭や地域で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
その他（習い事・資格取得など）で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>

今学期を振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと

先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学 1 年生 学年末

記入日 年 月 日

○この 1 年間を振り返って

自分の気持ちや行動に一番近いところに○をつけよう	いつも している	時々 している	あまり していな い	ほとんど していな い
① 友達や家の人の意見を聞く時、その人の考えや気持ちを受け止めようとしたか。				
② 相手が理解しやすいように工夫しながら、自分の考えや気持ちを伝えようとしたか。				
③ 自分から役割や仕事を見つけ、分担するなど、周りの人と力を合わせて行動しようとしたか。				
④ 自分の興味や関心、長所や短所などについて、把握しようとしたか。				
⑤ あまりやる気が起きない物事に対する時でも、自分がすべきことには取り組もうとしたか。				
⑥ 不得意なことや苦手なことでも、自ら進んで取り組もうとしたか。				
⑦ 分からないことやもっと知りたいことがある時、自分から進んで資料や情報を収集しましたか。				
⑧ 何かをする時、見通しをもって計画的に進めることができましたか。				
⑨ 何か問題が起きた時、次に同じような問題が起こらないようにするために、何を改善すればよいか考えましたか。				
⑩ 今学校で学んでいることと自分の将来とのつながりを考えるなど、学ぶことや働くことの意義について考えましたか。				
⑪ 自分の将来について具体的な目標を立て、その実現のための方法について考えましたか。				
⑫ 自分の将来の目標に向かって、生活や勉強の仕方を工夫するなど、努力しましたか。				

○この 1 年間を振り返って、頑張ったこと（成長できたと思うこと）とその理由

学習面で	なぜ
生活面で	なぜ
家庭や地域で	なぜ
その他（習い事・資格取得）などで	なぜ

○なりたい自分になるために身についたと思う力と、その理由

身についたと思う力	理由

○2年生になる自分への応援メッセージ

--

○卒業する時の自分（15歳の私）を想像しよう

卒業するときに、どんな自分になっていたいか
15歳のあなたが選んでいる道（進路・将来の夢・職業など）
そう思った理由やきっかけ
15歳でなりたい自分に近づくために、今、頑張りたいこと

先生からのメッセージ	保護者などからのメッセージ
メッセージを読んで気付いたこと、考えたこと	

中学2年生 学年初め

記入日 年 月 日

○今の自分を見つめて

今の自分（自分の好きなこと・もの、得意なこと・もの、頑張っていることなど）

私の自己PR（自分のよいところ）

こんな大人になりたい（将来の夢）

そのために、つけたい力



○なりたい自分になるために身につけたいこと（目標）と、そのために取り組みたいこと

学習面の目標

そのために



生活面の目標

そのために



家庭・地域での目標

そのために



その他（習い事・資格取得など）の目標

そのために



先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学2年生 学期を振り返ろう

記入日 年 月 日

○今学期を振り返って

学期初めに身につけようと思ったことについて、 自分の気持ちに一番近いところに○をつけよう	あてはま る	やや あてはま る	あまり あてはま ない	あてはま らない
学習面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
生活面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
家庭や地域で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
その他（習い事・資格取得など）で 身につけようと思ったことが身についたと思う				

○各項目の振り返りと、今後、挑戦・行動しようと思うこと

学習面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
生活面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
家庭や地域で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
その他（習い事・資格取得など）で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>

今学期を振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと

先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学2年生 学年末

記入日 年 月 日

○この1年間を振り返って

自分の気持ちや行動に一番近いところに○をつけよう	いつも している	時々 している	あまり していな い	ほとんど していな い
① 友達や家の人の意見を聞く時、その人の考えや気持ちを受け止めようとしたか。				
② 相手が理解しやすいように工夫しながら、自分の考えや気持ちを伝えようとしたか。				
③ 自分から役割や仕事を見つけ、分担するなど、周りの人と力を合わせて行動しようとしたか。				
④ 自分の興味や関心、長所や短所などについて、把握しようとしたか。				
⑤ あまりやる気が起きない物事に対する時でも、自分がすべきことには取り組もうとしたか。				
⑥ 不得意なことや苦手なことでも、自ら進んで取り組もうとしたか。				
⑦ 分からないことやもっと知りたいことがある時、自分から進んで資料や情報を収集しましたか。				
⑧ 何かをする時、見通しをもって計画的に進めることができましたか。				
⑨ 何か問題が起きた時、次に同じような問題が起こらないようにするために、何を改善すればよいか考えましたか。				
⑩ 今学校で学んでいることと自分の将来とのつながりを考えるなど、学ぶことや働くことの意義について考えましたか。				
⑪ 自分の将来について具体的な目標を立て、その実現のための方法について考えましたか。				
⑫ 自分の将来の目標に向かって、生活や勉強の仕方を工夫するなど、努力しましたか。				

○この1年間を振り返って、頑張ったこと（成長できたと思うこと）とその理由

学習面で	なぜ
生活面で	なぜ
家庭や地域で	なぜ
その他（習い事・資格取得）などで	なぜ

○なりたい自分になるために身についたと思う力と、その理由

身についたと思う力	理由

○3年生になる自分への応援メッセージ

--

○将来の自分（30歳の私）を想像しよう

30歳のとき、どんな自分になっていたいか
そんな30歳のあなたがしていること（仕事の内容など）
そう思った理由やきっかけ
そのために、どんなことをしたらよいか



先生からのメッセージ	保護者などからのメッセージ
メッセージを読んで気付いたこと、考えたこと	

中学3年生 学年初め

記入日 年 月 日

○今の自分を見つめて

今の自分（自分の好きなこと・もの、得意なこと・もの、頑張っていることなど）

私の自己PR（自分のよいところ）

こんな大人になりたい（将来の夢）

そのために、つけたい力



○なりたい自分になるために身につけたいこと（目標）と、そのために取り組みたいこと

学習面の目標

そのために



生活面の目標

そのために



家庭・地域での目標

そのために



その他（習い事・資格取得など）の目標

そのために



先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学3年生 学期を振り返ろう

記入日 年 月 日

○今学期を振り返って

学期初めに身につけようと思ったことについて、 自分の気持ちに一番近いところに○をつけよう	あてはま る	やや あてはま る	あまり あてはま ない	あてはま らない
学習面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
生活面で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
家庭や地域で 身につけようと思ったことが身についたと思う				
その他（習い事・資格取得など）で 身につけようと思ったことが身についたと思う				

○各項目の振り返りと、今後、挑戦・行動しようと思うこと

学習面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
生活面で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
家庭や地域で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>
その他（習い事・資格取得など）で	<div> <div>今後</div> <div>は</div> </div>

今学期を振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと

先生からのメッセージ

保護者などからのメッセージ

中学3年生 学年末

記入日 年 月 日

○この1年間を振り返って

自分の気持ちや行動に一番近いところに○をつけよう	いつも している	時々 している	あまり していな い	ほとんど していな い
① 友達や家の人の意見を聞く時、その人の考えや気持ちを受け止めようとしたか。				
② 相手が理解しやすいように工夫しながら、自分の考えや気持ちを伝えようとしたか。				
③ 自分から役割や仕事を見つけ、分担するなど、周りの人と力を合わせて行動しようとしたか。				
④ 自分の興味や関心、長所や短所などについて、把握しようとしたか。				
⑤ あまりやる気が起きない物事に対する時でも、自分がすべきことには取り組もうとしたか。				
⑥ 不得意なことや苦手なことでも、自ら進んで取り組もうとしたか。				
⑦ 分からないことやもっと知りたいことがある時、自分から進んで資料や情報を収集しましたか。				
⑧ 何かをする時、見通しをもって計画的に進めることができましたか。				
⑨ 何か問題が起きた時、次に同じような問題が起こらないようにするために、何を改善すればよいか考えましたか。				
⑩ 今学校で学んでいることと自分の将来とのつながりを考えるなど、学ぶことや働くことの意義について考えましたか。				
⑪ 自分の将来について具体的な目標を立て、その実現のための方法について考えましたか。				
⑫ 自分の将来の目標に向かって、生活や勉強の仕方を工夫するなど、努力しましたか。				

○この1年間を振り返って、頑張ったこと（成長できたと思うこと）とその理由

学習面で	なぜ
生活面で	なぜ
家庭や地域で	なぜ
その他（習い事・資格取得）などで	なぜ

18歳の私へ ～小学校1年から中学校3年までの9年間～

記入日 年 月 日

○小学校6年間で一番心に残っていることを18歳の私へ伝えよう

--

○中学校3年間で一番心に残っていることを18歳の私へ伝えよう

--

○将来の自分を想像しよう

どんな人になりたいか	そう思った理由やきっかけ

○小・中学校9年間のキャリアパスポートを見ながら、自分自身の成長を振り返り、18歳の私に向けて手紙を書こう

--

先生からのメッセージ	保護者などからのメッセージ
メッセージを読んで気付いたこと、考えたこと	

※ 本様式は例示であり、学校で活用している既存の様式があれば、そちらを活用してください。

体験活動（職場体験活動）

（職場体験活動前）

記入日 年 月 日

職場体験活動のねらい

「働くこと」についての今の考え（「働く」ということに、どのようなイメージや考えをもっているか）

職場体験活動先

職場体験活動を通して学ぶこと（なぜ、自分は職場体験活動を行うのか）・経験したいこと

自分の課題（生かしたい・伸ばしたい自分のよさ・知りたいこと）

（職場体験活動後）

記入日 年 月 日

職場体験活動で、嬉しかったこと・自信がついたこと

職場体験活動で、難しかったこと・うまくいかなかったこと

職場体験活動を通して、自分の伸ばせたところ・新しく発見できたところ

「働くこと」についての今の考え（体験を通してどのように考えが変わったか・変わらなかったか）

職場体験活動を終えて、これからの自分の進路や将来について考えていること

お世話になった方や保護者からのメッセージ

先生からのメッセージ

メッセージを読んで考えたこと

※ 本様式は例示であり、学校で活用している既存の様式があれば、そちらを活用してください。

学校行事等（〇〇について）

※体育祭、合唱コンクール、修学旅行等

（事前）

記入日

年

月

日

〇〇での目標（自分の役割など）

そう思った理由

目標を達成するために準備すること

（事後）

記入日

年

月

日

目標を達成するために、がんばったこと

心に残っていること

自分が成長したと思うこと

今回の体験・経験を踏まえて、今後生かしていきたいこと

先生からのメッセージ

メッセージを読んで考えたこと