

中和キャリアマップ® (2025 年度版)

～自分の「特性」と「事実」をつなぎ、納得できる進路を見つけるための地図～

① 自分の特性・趣向性 (自分に合う言葉を 3つ囲んでください)

聞き上手 おしゃべり好き 世話好き
負けず嫌い 研究熱心 体力自慢
手先が器用 論理的 感覚的
リーダー気質 コツコツ継続 変化が好き
メンタル強い 繊細・敏感 マニュアル通りが好き

【自由記入】選んだ理由や、補足したいこと

(例: 昔から相談されることが多いから「聞き上手」を選んだ)

② 大切にしたい価値観・条件

(今の気持ちに近い方に丸をつけてください)

お金: 初任給の高さ (すぐ稼ぎたい) ⇔ 将来の独立資金 (今は修業期間)
時間: プライベート・休み重視 ⇔ 練習会・勉強会重視 (早く上手くなりたい)
成長: 手取り足取り教えてほしい ⇔ 見て盗む・自分で考えるのが好き
雰囲気: アットホーム・仲良し ⇔ プロフェッショナル・規律重視
場所: 実家から通いたい (地元) ⇔ 成長できるなら場所は問わない

【結論】私が一番譲れないのは「」です。

以下のリストからトップ 3 を選んで番号を書いてください

[リスト] 高い初任給 完全週休 2 日 ボーナスあり 社会保険完備
研修制度が充実 寮がある / 住宅手当 独立支援がある スポーツに関われる

美容メニューがある 女性が活躍している 最新の設備がある

先生との距離が近い

第 1 位: _____ (これだけは絶対 !)

第 2 位: _____

第 3 位: _____

逆に、これは妥協してもいい: _____

学科 : _____ 学年 : _____ 氏名 : _____

※正解を書く必要はありません。本音・違和感・迷いを何度も書き直してください。

⑤ 次の学年までに「試す・確かめる」こと

【Lv.1: スマホで今すぐできる (調査)】

- 中和キャリアで「初任給 25 万以上」の求人を検索してみる
- 中和キャリアで「スポーツ」と検索し、必要な資格をメモする
- 記事「先輩インタビュー」を 1 本読み、感想をメモする
- Google マップで、自宅から通える範囲に治療院がいくつあるか数える

【Lv.2: 学校内でできる (会話)】

- 先生に「先生が修行時代に一番大変だったこと」を聞いてみる
- 3 年生の先輩に「就職活動で何を聞かれたか」を聞いてみる
- 授業で習った実技を、家族や友人に試して感想をもらう
- 担任の先生に、自分の「向いていそうな分野」を相談する

【Lv.3: 外に出て動く (体験)】

- 気になる接骨院・鍼灸院に「患者として」行ってみる (受付の対応を見る)
- 見学に行きたい院を 1 つ見つけ、電話やメールで問い合わせる
- 治療院やクリニックでのアルバイトに応募してみる
- 興味のある分野 (美容・スポーツ等) のセミナーや勉強会に参加する

【自由記入】

その他: (_____)

③ 向いていそだと思う働き方 (仮説)

- 治療院
- 病院・整形外科
- スポーツ
- 美容
- 介護・訪問
- 独立・開業
- 未定

④ そう思った理由

(①と②を組み合わせて文章にする)

【自分の方程式を作ろう】

私は [①の言葉] という性格で、将来は [②の言葉] を大切にしたいから、[③の働き方] が合っていると思った。

(記入例) 私は [チームで動くのが好き] という性格で、将来は [早く成長できる環境] を大切にしたいから、[整形外科や大手グループ院] が合っていると思った。

私は [] という性格で、
将来は [] を大切にしたいから、
[] が合っていると思った。

⑥ 卒業時に目指したい状態

【A】 どこに内定したい? (ターゲット)

- 整形外科・病院 (医学的な知識を深めたい)
- 接骨院・鍼灸院 (技術を磨き、多くの患者を診たい)
- スポーツ・トレーナー (選手のパフォーマンスを支えたい)
- 美容鍼灸・サロン (美と健康を提供したい)
- 介護・機能訓練 (高齢者の生活を支えたい)
- 独立開業 (卒業後すぐ、または早期に自分の城を持つ)

【B】 どんな自分になっていたい? (レベル設定) (目指す姿にチェック、またはキーワードを囲む)

- 即戦力: 基本的な施術や問診を一人で任せてもうえ状態
- 弟子入り: 尊敬できる師匠の下で、ゼロから型を学ぶ状態
- 資格×a: ダブルライセンスや+aの武器 (美容・AT等) を持っている
- 経営視点: 院の運営や集客の仕組みまで理解している
- 人間力: 「先生に会うと元気になる」と言われる接遇・会話力がある

【宣言】

私は卒業式の日、「 _____ 」と言える状態でいたい。

⑦ 教員コメント・面談メモ