

# 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～

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。

## 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（早く上手になりたい）  
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：\_\_\_\_\_

## ③ 向いていそうだと思う働き方（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を組み合わせで文章にする）

【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。

## 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：（ \_\_\_\_\_ ）

## ⑥ 卒業時に目指したい状態

【A】どこに内定していきたい？（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】どんな自分になりたい？（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らえ状態
- ☐ 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