





# 中学校1年生夏休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日

○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



〔大人からのメッセージ〕





# 中学校1年生冬休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日

○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



〔大人からのメッセージ〕

# 中学校2年生夏休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日

○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



〔大人からのメッセージ〕





# 中学校2年生冬休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日

○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



〔大人からのメッセージ〕

# 中学校3年生夏休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日


○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



[大人からのメッセージ]





# 中学校3年生冬休みまでを振り返ろう

記入日 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 \_\_\_\_ 曜日

○これまでを振り返って

目標達成に向けて取り組んだことについて、自分の気持ちに一番近いところに○を付けよう	よくできた	できた	あまりできなかった	できなかった
学習面での取組				
生活面での取組				
家庭や地域での取組				
その他(習い事・資格取得など)での取組				

○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	今後は 
生活面で	今後は 
家庭や地域で	今後は 
その他(習い事・資格取得など)で	今後は 

これまでを振り返って、新しく発見したこと、気付いたこと



[大人からのメッセージ]

# 中学校 3 年生の私を振り返って

\_\_\_月\_\_\_日\_\_\_曜日

自分の気持ちや行動に一番近いところに○を付けよう。		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
人とうながる力	① 友だちや家の人の意見を聞くと、その人の考えや気持ちを受け止めようと思いましたか。				
	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思いましたか。				
自律する力	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思いましたか。				
	④ 自分の興味や関心、長所や短所を把握しようと思いましたか。				
	⑤ 不得意なことや苦手なことでも、自分がすべきことには取り組もうとしましたか。				
課題発見・解決の力	⑥ 何かをするとき、見通しをもって計画的に進めることができましたか。				
	⑦ 分からないことやもっと知りたいことがあるとき、自分から進んで資料や情報を収集しましたか。				
	⑧ 何か問題が起きたとき、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。				
将来を見通す力	⑨ 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。				
	⑩ 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。				
	⑪ 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、頑張ったことを書こう。

学習面で	家庭や地域で
生活面で	その他(習い事・資格取得)などで

○なりたい自分になるために身に付いたと思う力と、その理由

身に付いたと思う力	理由
-----------	----



[大人からのメッセージ]

# 職場体験学習に向けて

記入日 \_\_\_月\_\_\_日\_\_\_曜日

職場体験の準備をしよう。



○先輩から聞いた話などから、職場体験で興味をもったことを書こう。

○将来の夢や希望に向けて、職場体験でどんな活動をしたいのかを書こう。

○なぜそう思ったのかを書こう。

○職場体験でどんなことを学びたい(知りたい)のかを書こう。

職場体験は、  
将来の自分の  
生き方を考える  
よい機会と  
なります。

○下の活動場所を参考にトライしてみたい職場体験の内容を書こう。

第1希望	
第2希望	
第3希望	



活動場所について(例)

活動分野名	活動場所等
職場体験	※専門的技術関係 製造業、スポーツ体育施設、病院、自動車関係、理容・美容、建築、郵便局、ガス・電気・水道、水族館・動物園、銀行、クリーニング等
	※学校関係 幼稚園・保育園、小学校、高校、大学等
	※接客サービス関係 販売店、飲食店、旅館・ホテル、映画館・劇場等
	※運輸・輸送関係 バス、電車、運輸・運送、ガソリンスタンド等
	※公共施設関係 公民館・児童館、消防署、役所、図書館、美術館、博物館、警察署、自衛隊駐屯地、税関・税務署、防災施設等
※農林水産関係 農業・漁業・林業・酪農等	

[大人からのメッセージ]

# 希望する進路先を調べよう

記入日\_\_月\_\_日\_\_曜日

自分の希望する進路を、体験入学、オープンスクール、職場体験、友だちとの情報交換などから調べてみよう。

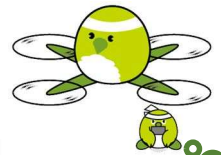
○進路を選ぶとき、どんな点を重視し、何をしたい(学びたい)のかを書こう。



○希望する進路について調べよう。

項目	第1希望	第2希望
学校(会社)名		
所在地		
通学(通勤)方法		
通学(通勤)距離		
学習(仕事)の内容		
教育目標(校風)・社風等		
給料・休暇等の条件		
資格・取得方法		
その他		

○調べたことをもとに考えたことを書こう。



○友だちや家族と意見交換をして考えたことを書こう。

社会の変化等に関心をもって、将来の自分について考えよう。

○今、希望している進学先(就職先)を書こう。

第1希望	
第2希望	
第3希望	

[大人からのメッセージ]

# 学校行事(〇〇について)

## 事前

記入日 \_\_\_月\_\_\_日\_\_\_曜日

〇(〇〇)での目標(自分の役割など)

〇そう思った理由

〇目標を達成するために心がけること

## 事後

記入日 \_\_\_月\_\_\_日\_\_\_曜日

〇目標を達成するために、がんばったこと

〇心に残っていること

〇自分が成長したと思うこと

〇今回の体験・経験を踏まえて、今後生かしていきたいこと

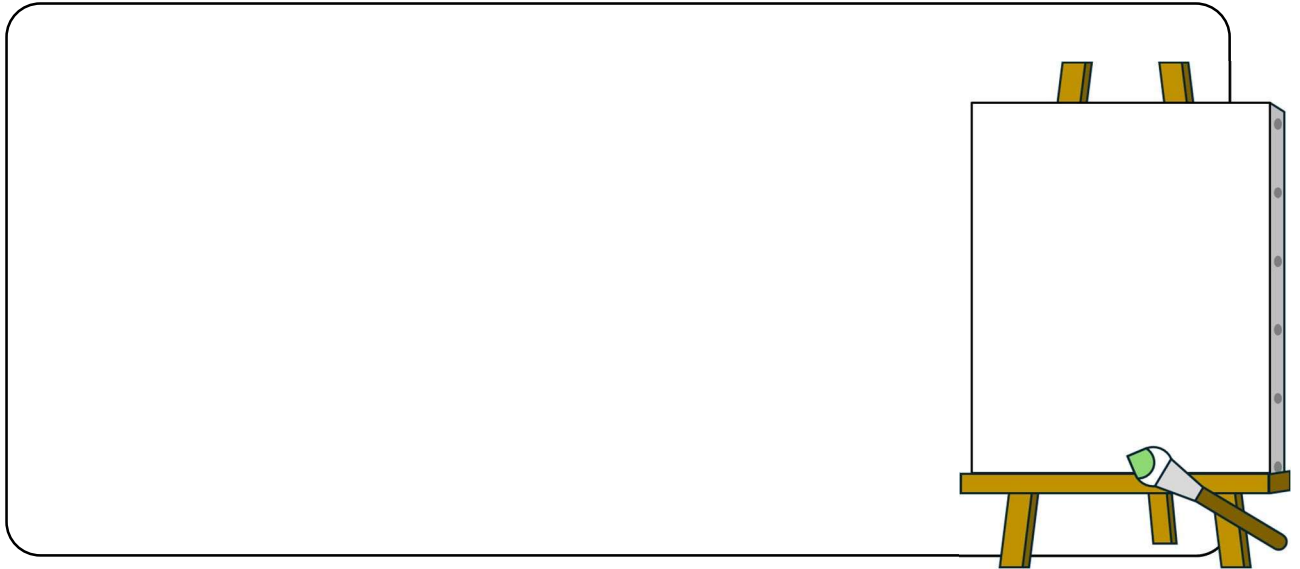
[先生からのメッセージ]

# 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\_\_月\_\_日\_\_曜日

○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。

どんな人になっていたいか	そう思った理由やきっかけ
--------------	--------------

[先生からのメッセージ]

