

# 自己理解から主体性へ

## —自己理解を通じた進路選択—

愛知県立港特別支援学校

### 1 はじめに

港特別支援学校は名古屋市港区に位置する県立肢体不自由特別支援学校である。名古屋市内10区及び、豊明市、日進市、東郷町を対象地域とする。訪問教育を含めた全校児童生徒数が200名を超え、肢体不自由特別支援学校としては大規模校である。小学部から高等部まで設置されており、通学している児童生徒の障害は多種多様で、そのうちの3割は医療的ケアを必要としている。本校の高等部には普通科の他に県内の肢体不自由特別支援学校で唯一商業科が設置されており、本校の特色の一つとなっている。

本校の特色である商業科については、県内全域から通学することが可能であり、就職を目指して遠方から入学する生徒もいる。ここ数年では、専門的な知識を得たり、資格取得を目指したりするために進学を希望する生徒もいる。一方で、在籍する生徒の障害の重度化も進んでおり、日常生活の中で介助や支援を必要とする生徒も多い。そのため、一人で外出するなどの生活経験が少なく、自分で何ができて何に支援が必要かなどの、自己理解が不十分な生徒が増えている。生活の中で支援を必要とする生徒ほど受け身になりやすく、自分で選択できることさえも周りの意見に流される傾向がある。進路指導に関しても同様で、主体的な進路選択に課題のある生徒がほとんどである。

そこで、学校生活の中でさまざまな経験を増やし、記録をしていくことで自己理解が深まるのではないかと、さらに自己理解が進むことによって自分自身について考える機会が増え、主体的に進路を選択することができるのではないかと考えた。

### 2 実践研究内容

#### (1) 研究の概要

三つの取組の中から「自己理解を深める取組」「主体的な進路選択につなげる取組」に重点をおいて研究した。本研究でいう「主体的な進路選択につなげる取組」とは、生徒が具体的な企業を選ぶことだけを指すのではなく、就労、福祉サービス、進学等のさまざまな選択肢の中から自分にあった進路選択をすることを指す。

研究対象は商業科の令和6年度第1学年生徒2名（以下生徒A、生徒B）及び第2学年生徒2名（以下生徒C、生徒D）である（資料1）。

#### 【資料1 対象生徒について】

	障害名	移動手段	介助について
生徒A	脳性まひ	電動車椅子	多くの場面で必要
生徒B	デュシャンヌ型筋ジストロフィー	電動車椅子	多くの場面で必要
生徒C	二分脊椎	車椅子での自走	ほとんど必要ない
生徒D	脳性まひ	杖歩行、電動車椅子	ほとんど必要ない

授業や実習、体験活動に取り組むことで、どのように自己理解が進んでいるのかを「じぶん発見シート」のアンケートと「よいところ・強み発見シート」の記録を使用して変化を観察した。「じぶん発見シート」に関しては、令和6年12月に最初の記入を実施し、令和7年3月、4月、7月に追記・修正を行った。さらに、生徒がシートに記入した後に、シートを基にした担任との面談を必ず行い、生徒は自身の理解を深められるように、担任は実態把握の参考にするようにした。「よいところ・強み発見シート」については、行事ごとに記録を残して、生徒が目標に対してどれだけ達成できたのかを評価し、自己理解につながるようにした。こちらのシートは、担任が生徒の実態に合わせて活動前の目標を記入する欄と活動後の自己評価を記入する欄を分かりやすくする形に様式を一部変更した（資料2）。

シートの記入や担任との面談はホームルームや総合的な探究の時間を使用し、行事の事前・事後指導と併せて実施した。作成したシートや記録は個別にファイリングし、ポートフォリオとして残すこととした。

【資料2 よいところ・強み発見シート変更箇所】

(2) 進路指導スケジュール

本研究では実習を通して普段の学校生活では得られない経験を通して、自己理解をより深めることを目的に実習に重きをおいて取り組んだ（資料3）。学校外で行う実習は、実際の進路先の選択肢になる企業や、事業所で行うため、

進路を選択する際に役立つ。さらに、3年次の実習は、実際の進路希望先での実習になるため、企業側にとっても、生徒の実態把握の機会となり、進路先への移行に向けた取組にもなる。

実習以外に職業相談や校外学習を効果的に取り入れ、主体的な進路選択を行うために知識や情報を得られるようにしている。

【資料3 進路指導スケジュール】

学年	1年次	2年次	3年次	卒業後
三つの取組の柱	1年次	2年次	3年次	卒業後
自己理解	検定・総合的な探究の時間 ・校外学習	検定・総合的な探究の時間 ・校内実習（転作業班） ・校内実習（在宅就労班）	職業相談	産業現場等における実習
主体的な進路選択		・就労体験実習 ・職業相談 ・夏季在宅ワーク体験	・就職準備セミナー	・卒後指導
移行に向けた取組				



6)。今回の生徒Cに対する評価では、経験を積むことの大切さを助言としていただいた。企業からの他者評価と、シートによる自己評価とのすり合わせを行うことで、より自己理解を深めることができた。

#### イ 主体的な進路選択につなげる取組

主体的な進路選択をするためには、生徒が自分に対してどういった進路の選択肢があるのかわかる必要がある。そのため、ホームルームや総合的な探究の時間を使用して就労、福祉サービス、進学などさまざまな選択肢を知るための授業を行っている。しかし、それだけでは卒業後の生活をイメージすることが難しいため、企業見学や外部講師から講話を聴くなどの活動も行っている。また、オープンキャンパスへの参加や福祉事業所の見学などを生徒や保護者に促している。本研究では、以下の二つの取組について実践を行った。

#### (ア) 校外学習

商業科では年に数回校外学習を行っている。その中には企業訪問も含んでいる。企業の雰囲気や仕事の様子を見て、実際に働いている人の話を聞くことで、自分の進路を考える機会としている。生徒Dの「よいところ・強み発見シート」を確認すると、活動前に目標にした項目に対して、活動後の欄に「自分の力だけでは達成できない」という評価が多く付いていた。

実際に見ることで、自分の能力・特性と照らし合わせて考えることができ、自身の進路について主体的に考えようとする様子を生徒Dのシートから読み取ることができた(資料7)。

【資料7 生徒Dのよいところ・強み発見シート】

自分のよいところ・強み発見シート	
活動(行事)名	本校外写習
いいところリスト	活動前 活動後
①自分にあったスピード(ペース)で取り組むことができる。	○ △
②質にこだわって取り組むことができる。	○ △
③スピードと質のバランスを意識して取り組むことができる。	○ △
④他者の意見や状況に応じて、考え方ややり方を修正しながら取り組むことができる。	○ ●
⑤指示された内容を自分なりに工夫して覚えたり、理解したりすることができる。	○ △
⑥指示されたことを一つずつ、手順や段取りに従って的確に取り組むことができる。	○ ●
⑦指示された複数のことを、手順や優先順位を決めて取り組むことができる。	○ ●
⑧うまくいかないときや混乱したときに、気持ちを落ち着けて取り組むことができる。	○ ●

#### (イ) 職業相談

本校では、公共職業安定所に依頼して職業相談を行っている。生徒が就職に関する希望や不安を指導官に直接伝え、助言をいただいている。これは、例年3年次の求職登録の際に行っている。

進路指導スケジュールでは、2年次でも実施できるようにはなっているが、この段階ではまだ進路に関して検討が進んでいないことが多く、これまでほとんど実施していない。しかし、生徒A、Bに関しては、就職希望がはっきりしていたことや生徒の実態から早期に相談する必要があったことから2年次で実施した。実際に実施をしたところ、進路に関して自身の考えを整理することができ、早い段階で主体的に考えられるようになった。生徒Bに関しては、病気の進行による体力的な心配を相談したところ、在宅就労や福祉就労などのさまざまな就労形態があることを説明され、就労を前向きに捉えることができるようになった。

#### ウ 進路先への移行に向けた取組

進路先への移行に向けた取組としても実習が効果的であると考え。「就労体験実習」や「産業現場等における実習」のように外部機関で実習を行う場合は事前の打ち合わせ、事後の振り返りを実習先と行う。事前の打ち合わせでは、実習の概要の確認だけでなく、個別の教育支援計画を基に生徒の実態や学校での様子を共有している。打ち合わせの内容を踏まえて実習を行い、実習中の様子を見た上で採用の検討をしてもらう。このように実習を行うことで、進路先と生徒の実態の共有ができるよ

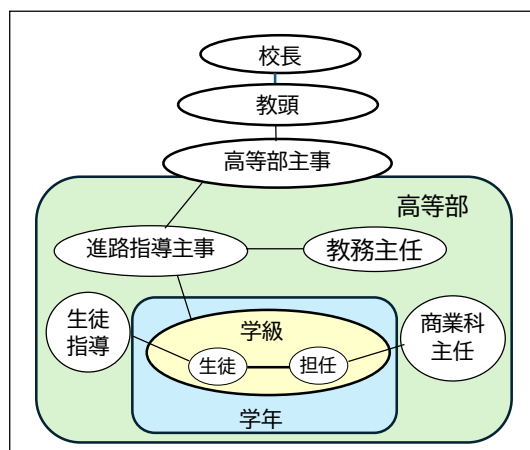
うになり、スムーズな移行ができる。

しかし、実際には就職後に課題が生じることも少なくない。学校も1年間は卒業支援を行っているが、全てに対応できるわけではない。そこで、課題が起きたときの相談先として卒業時に障害者就業・生活支援センターや就労支援センターへの登録を生徒本人や保護者に促し、地域への移行を行っている。

#### (4) 校内支援体制づくり

本校高等部の進路指導体制は、基本的に担任が中心となる。生徒本人や保護者と進路希望を確認しながら進路指導を行っている。しかし、担任だけで進路指導が完結することは難しい。高等部全体でそれぞれの生徒と関わる必要がある。そこで、進路指導主事が校内で高等部教職員への情報共有や連絡調整を行っている。実習の際に授業変更等が必要であれば教務部、生徒の自立に向けた通学指導などが必要になれば生徒指導部と協力することも必要となる（資料8）。

【資料8 校内進路支援体制図】



それ以上に有効なことは、日頃から職員室内で学年職員や授業を担当する職員と生徒に関する話題を話し合う雰囲気が出ており、授業中の様子や学習進度などの情報共有を図っていることである。

### 3 成果と課題

成果として二つのことを挙げる。

一つ目は、生徒が自己理解を深め、教師も生徒の実態を把握することで、より適切な進路指導を行うことができるようになったことである。「じぶん発見シート」や「よいところ・強み発見シート」などの自己理解を促すためのツールを使用し、自己評価と、友達や教員、実習先の企業からの他者評価とのすり合わせを継続的に行った。また、記録を自分のスキルや成果物をまとめたポートフォリオとして活用することで、生徒の自己理解が深まることが分かった。また、この取組によって教師も生徒の実態をより正確に把握することができるようになった。

二つ目として、自己理解を進めた上で、校外学習や職業相談など進路を選択するための情報を整理する支援により、生徒自身が進路について考える機会とすることができたことである。生徒の主体性は、自己理解を前提に引き出されるとより実感することができた。生徒A、Bに対して2年次に職業相談を行ったことで、生徒C、Dと比べると自己理解がより進み、早い時期から主体的に進路に関して考える様子があった。生徒がさまざまな経験をする機会を増やし、自身について考える機会を設けることで、主体的な進路選択ができるということを、指導の中で教師も実感した。

今後の課題は、障害の状態等から多様な教育的ニーズをもつ生徒一人一人の実態に応じた柔軟な対応ができる体制づくりである。関わる教員が入れ替わっても、本校としての進路指導の方法が共通理解され、組織的に対応できる校内支援体制を整えていく必要があると感じている。そのために、誰でも生徒のニーズに応じていくことができるよう、進路指導の体制や方法を可視化することなどを今後も引き続き考えていく必要がある。シートを活用した自己理解の取組をよりよい方法へ発展をさせていきたい。今回の研究を生かして、生徒が自己理解より進め、生徒の主体的な進路選択を後押しできるような進路指導の方法を確立していきたい。

特別な支援を必要とする子どもの卒業後の生活へのスムーズな移行に関する研究（支援スケジュール）

研究推進 3つの柱 (取組)	①理解	自己理解
	②選択	主体的な進路選択
	③移行	進路先への移行に向けた取組

高めたい 資質・能力	理解	能力・特性を理解する力
	相談	自ら相談し、支援を求める力
	情報	進路先を理解する力
	選択	能力・特性に応じた進路を選択する力
	表現	能力・特性を表現し、伝える力

学年	月	取組	①自己理解を深める取組 ②主体的な進路選択につなげる取組 ③進路先への移行に向けた取組				個別相談				校内支援体制		
			教育活動 取組内容(行事等)	指導 分掌	活用ツール等	資質・能力	理解	相談	情報	選択		表現	個別に取り組み内容・テーマ
1年	5月	①理解	運動会	生徒指導部							自分のよいところ強み発見シート	担任	
		①理解	前期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任	
	6月	①理解	生活アンケート	生徒指導部	生活アンケート						自分の生活の理解	担任	生徒指導委員会、担任との面談
		①理解	校内実習	進路指導部							実習日誌	全職	部内での連携、外部企業・事業所との連携
	7月	①理解	検定	商業科	簿記、ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科	
		②選択	校外学習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任	
	9月	①理解	後期生徒会役員選挙	生徒指導部									
		①理解	検定	商業科	情報処理、英語(全商)						自分のよいところ強み発見シート	担任	
	10月	②選択	校外学習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任	
		①理解	文化祭	教務部							自分のよいところ強み発見シート	担任	
	11月	①理解	後期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任	
		①理解	検定	商業科	ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科	
12月	①理解	検定	商業科	英語、ビジネスコミュニケーション(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	後期期末考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
1月	①理解	検定	商業科	情報処理(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	検定	商業科	商業経済(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
2月	①理解	検定	商業科	商業経済(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	前期生徒会役員選挙	生徒指導部										
2年	5月	①理解	運動会	生徒指導部							自分のよいところ強み発見シート	担任	
		①理解	前期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任	
	6月	①理解	生活アンケート	生徒指導部	生活アンケート						自分の生活の理解	担任	生徒指導委員会、担任との面談
		①理解	校内実習	進路指導部							実習日誌	全職	部内での連携、外部企業・事業所との連携
	7月	①理解	検定	商業科	簿記、ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科	
		②選択	校外学習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任	
	9月	①理解	後期期末考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任	
		②選択	職業相談(希望者)	進路指導部							自分のよいところ強み発見シート	担任	協力企業との連携
	10月	①理解	後期生徒会役員選挙	生徒指導部									公共職業安定所との連携
		①理解	検定	商業科	情報処理、英語(全商)						自分のよいところ強み発見シート	担任	
	11月	②選択	校外学習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任	
		②選択	販売実習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任	
12月	①理解	文化祭	教務部							自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	後期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
1月	①理解	検定	商業科	ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	全校集会	教務部										
2月	①理解	検定	商業科	英語、ビジネスコミュニケーション(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	全校集会	生徒指導部										
3年	5月	①理解	後期期末考査	教務部	テスト問題					自分のよいところ強み発見シート	担任		
		①理解	検定	商業科	情報処理(全商)					個別に応じた検定受験	商業科		
6月	②選択	販売実習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	検定	商業科	商業経済(全商)						自分のよいところ強み発見シート	担任		
7月	②選択	就労体験実習	進路指導部							実習日誌	受け入れ企業との連携		
	①理解	前期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
8月	①理解	生活アンケート	生徒指導部	生活アンケート						自分の生活の理解	担任	生徒指導委員会、担任との面談	
	①理解	校内実習	進路指導部							実習日誌	全職	部内での連携、外部企業・事業所との連携	
9月	①理解	検定	商業科	簿記、ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	②選択	産業現場等における実習	進路指導部							実習日誌	受け入れ企業・事業所との連携		
10月	②選択	校外学習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	前期期末考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
11月	①理解	夏季在宅ワーク体験(希望者)	進路指導部									協力企業との連携	
	②選択	職業相談(希望者)	進路指導部							自分のよいところ強み発見シート	担任	公共職業安定所との連携	
12月	③移行	求職登録	進路指導部	求職登録シート、障害登録シート								公共職業安定所との連携	
	①理解	後期生徒会役員選挙	生徒指導部										
1月	①理解	検定	商業科	情報処理、英語(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
	①理解	修学旅行	高3	修学旅行のしおり						自分のよいところ強み発見シート	担任		
2月	②選択	販売実習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	文化祭	教務部							自分のよいところ強み発見シート	担任		
3月	①理解	後期中間考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	検定	商業科	ビジネス計算、ビジネス文書(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
4月	③移行	就職準備セミナー	進路指導部	テキスト						自分のよいところ強み発見シート	担任	公共職業安定所への依頼	
	①理解	検定	商業科	英語、ビジネスコミュニケーション(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
5月	①理解	後期期末考査	教務部	テスト問題						自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	検定	商業科	情報処理(全商)						個別に応じた検定受験	商業科		
6月	②選択	販売実習	商業科							自分のよいところ強み発見シート	担任		
	①理解	検定	商業科	商業経済(全商)						自分のよいところ強み発見シート	担任		





【別紙2-2 支援スケジュール(学年)】

特別な支援を必要とする子どもの卒業後の生活へのスムーズな移行に関する研究（支援スケジュール）港特支

略称		
研究推進 3つの柱 (取組)	①理解	自己理解
	②選択	主体的な進路選択
	③移行	進路先への移行に向けた取組

略称		
高めたい 資質・能力	理解	能力・特性を理解する力
	相談	自ら相談し、支援を求める力
	情報	進路先を理解する力
	選択	能力・特性に応じた進路を選択する力
	表現	能力・特性を表現し、伝える力

商業科第2学年

月	対象	取組	資質・能力					教育活動 取組内容(行事等)	担当 (分掌等)	活用ツール等
			理解	相談	情報	選択	表現			
4月	全体	②			○	○	商業科オリエンテーション	商業科		
		①	○			○	自力通学生安全指導	生徒指導部		
		①	○				遠足	学年		
	個別									
5月	全体	①	○				運動会	生徒指導部		
		①	○				前期中間考査	教務部		
	個別									
6月	全体	①	○	○			生活アンケート	生徒指導部	アンケート用紙	
		①	○	○			校内実習	進路指導部	実習日誌	
	個別	①	○				検定	商業科	簿記、ビジネス計算、ビジネス文書(全商)	
7月	全体	①			○		校外学習	商業科		
		①	○				前期期末考査	教務部		
							全校集会			
	個別	①	○	○	○	○	夏季在宅ワーク体験(希望者)	進路指導部		
	②	○	○	○	○	○	職業相談	進路指導部		
8月	全体									
	個別									
9月	全体	①	○				全校集会	生徒指導部		
		①	○	○		○	後期生徒会役員選挙	生徒指導部		
		①	○	○		○	宿泊体験学習	学年		
		①	○			○	自力通学生安全指導	生徒指導部		
	個別	①	○				検定	商業科	情報処理、英語(全商)	



【別紙2-3 支援スケジュール(学年)】

特別な支援を必要とする子どもの卒業後の生活へのスムーズな移行に関する研究（支援スケジュール）港特支

略称	
研究推進 3つの柱 (取組)	①理解 自己理解
	②選択 主体的な進路選択
	③移行 進路先への移行に向けた取組

略称	
高めたい 資質・能力	理解 能力・特性を理解する力
	相談 自ら相談し、支援を求める力
	情報 進路先を理解する力
	選択 能力・特性に応じた進路を選択する力
	表現 能力・特性を表現し、伝える力

### 商業科第3学年

月	対象	取組	資質・能力					教育活動 取組内容（行事等）	担当 (分掌等)	活用ツール等
			理解	相談	情報	選択	表現			
4月	全体	②			○	○		商業科オリエンテーション	商業科	
		①	○				○	自力通学生安全指導	生徒指導部	
		①	○					遠足	学年	
	個別									
5月	全体	①	○					運動会	生徒指導部	
		①	○					前期中間考査	教務部	
	個別									
6月	全体	①	○	○				生活アンケート	生徒指導部	アンケート用紙
		①	○	○				校内実習	進路指導部	実習日誌
	個別	①	○					検定	商業科	簿記、ビジネス計算、ビジネス文書（全商）
		②	○	○	○	○	○	産業現場等における実習	進路指導部	実習日誌
7月	全体	①			○			校外学習	商業科	
		①	○					前期期末考査	教務部	
								全校集会		
	個別	①	○	○	○	○		夏季在宅ワーク体験（希望者）	進路指導部	
		②	○	○	○	○	○	職業相談	進路指導部	
		③	○	○	○		○	求職登録	進路指導部	求職登録シート、障害登録シート
8月	全体									
	個別									
9月	全体	①	○					全校集会	生徒指導部	
		①	○	○			○	後期生徒会役員選挙	生徒指導部	
		①	○				○	自力通学生安全指導	生徒指導部	
	個別	①	○					検定	商業科	情報処理、英語（全商）



## 自分のよいところ・強み発見シート

	年	組	番	氏名	
活動(行事)名					

★下の項目の中から、あなたの「なりたい自分」「見つけた自分」に印をつけましょう。  
※できれば(なるべく)先生や友人と話をしながら、“自分”について考えてみましょう。

- ① **活動前**：活動の中でどのような自分でありたいと思いますか？  
目標とする項目に「○」をつけましょう。

	活動前	活動後
いいところリスト	/	/
①自分にあったスピード(ペース)で取り組むことができる。		
②質にこだわって取り組むことができる。		
③スピードと質のバランスを意識して取り組むことができる。		
④他者の意見や状況に応じて、考え方ややり方を修正しながら取り組むことができる。		
⑤指示された内容を自分なりに工夫して覚えたり、理解したりすることができる。		
⑥指示されたことを一つずつ、手順や段取りに従って的確に取り組むことができる。		
⑦指示された複数のことを、手順や優先順位を決めて取り組むことができる。		
⑧うまくいかないときや混乱したときに、気持ちを落ち着けて取り組むことができる。		
⑨困ったときに、誰かに相談したり助けをもらったりして取り組むことができる。		
⑩誰かが困っているときに、声をかけたり手助けをしたりすることができる。		
⑪相手の状況や立場の違いに応じた発言や対応ができる。		
⑫割り当てられた自分の役割以外にも、積極的に取り組むことができる。		

- ② **活動後**：この活動を通してどのような自分を見つけましたか？またはどのようなことが課題だと感じましたか

(1) 目標の自分になれたと思えば「◎」を、新たに見つけた自分があれば「●」をつけましょう。  
また、自分の力だけでは解決が困難な課題があれば「△」をつけましょう。

(2) “目標の自分／新たな自分”を発見したのはどのような場面や状況でしたか。

--

(3) 今回の活動で感じた自分の課題に、どのような援助や配慮があれば乗り越えられそうですか。

--