

## ワークのやり方

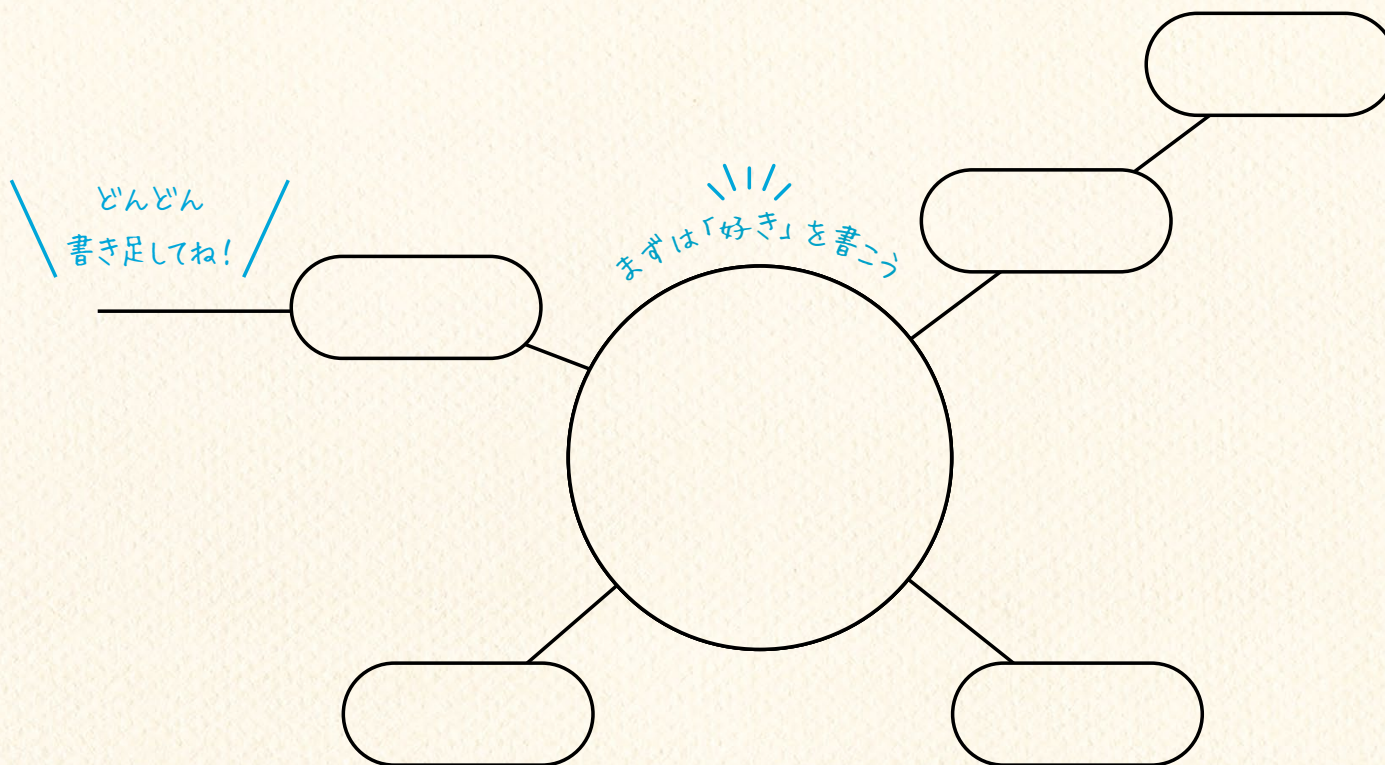


好きなこと・ものを1つ決めて真ん中のマルに書こう。  
その「好き」に関連する言葉や要素を思いつくままだ  
んどんつなげて書いていこう。

## 考えるヒント



「好き」は、趣味・食べ物・行動(例:寝る、おしゃべり)な  
ど、なんでもOK! 展開するときは、「好き」を取り巻く  
場所・時・材料・人・道具などを想像してみよう。



### ワークのやり方



Step1で書いた「好き」を記入し、気になるSDGsゴールを1つ選ぼう。「好き」と「ゴール」から、そのゴールの達成につながりそうなアクションを考えよう。

### 考えるヒント

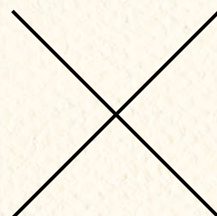


不可能に思えるものでもOK。“やってみたい”アクションを考えてみよう。Step1で「好き」を広げた際に出てきたワードを振り返れば、課題が見つかるかも。

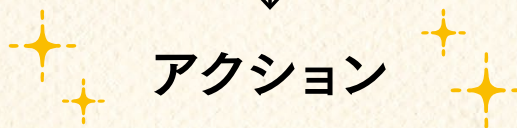


好き

SDGs ゴール



アクション



## Step2 で考えた「アクション」



---

アクションプランのタイトル

---

① いつやる？

② どこでやる？

③ 誰が喜びそう？

④ どうやったら楽しくなりそう？

⑤ どうやって実現する？

---

人生の  
エネルギー

うれしいときはUP↑  
悲しいときはDOWN↓



### 書き方

まずは横軸に年齢(学年)を書こう。そして0歳から現在までの自分の人生を振り返り、感情がアップダウンした出来事を、左から右へと順番に描いていこう。



Name \_\_\_\_\_

0歳~現在/

→ 年齢

Name

(

)のきっかけ



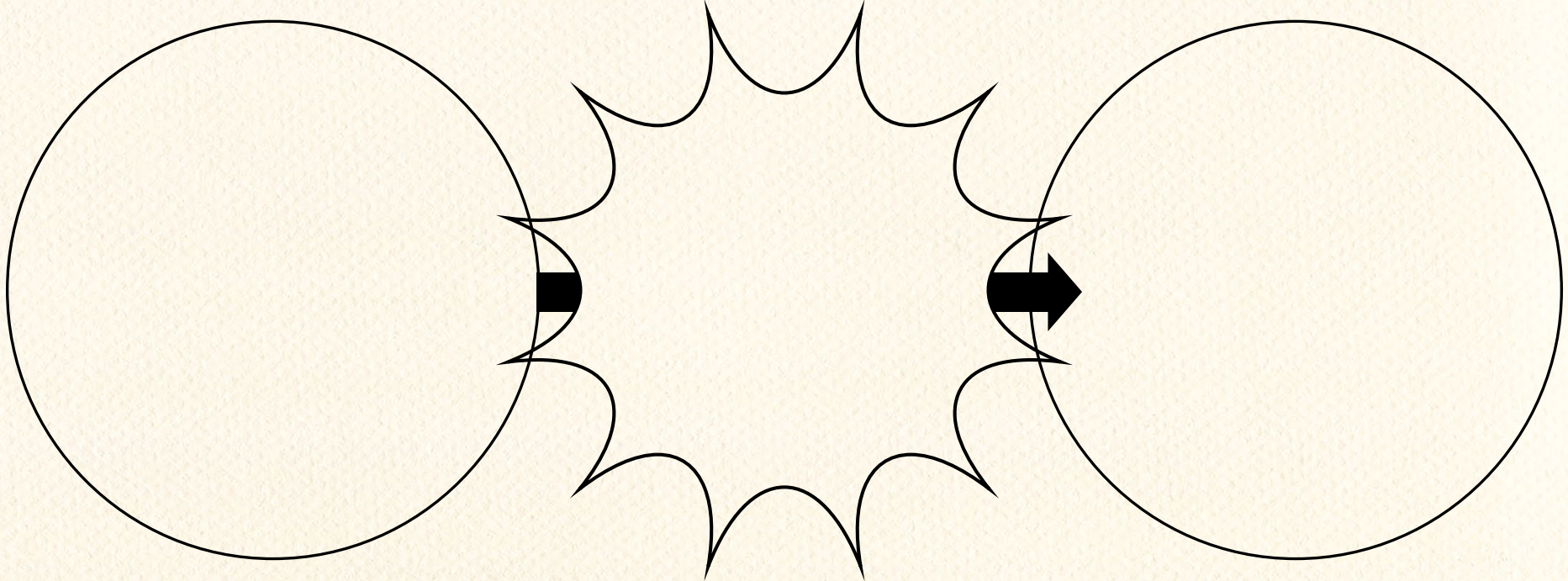
マイ・グローバル・シチズンシップ

(

)のころ

きっかけ

今



# 1 MY KEYWORD

「こんな社会・世界になったらいいな」や「解決できたらいいな」を短い文章で表そう

# 2 MY KEYWORD がどの視点に当てはまるか、以下の3つのPから選んでマルで囲もう

**People**  
人間

人間が生きていくなかで、公平で格差のない安心した暮らしを目指す目標

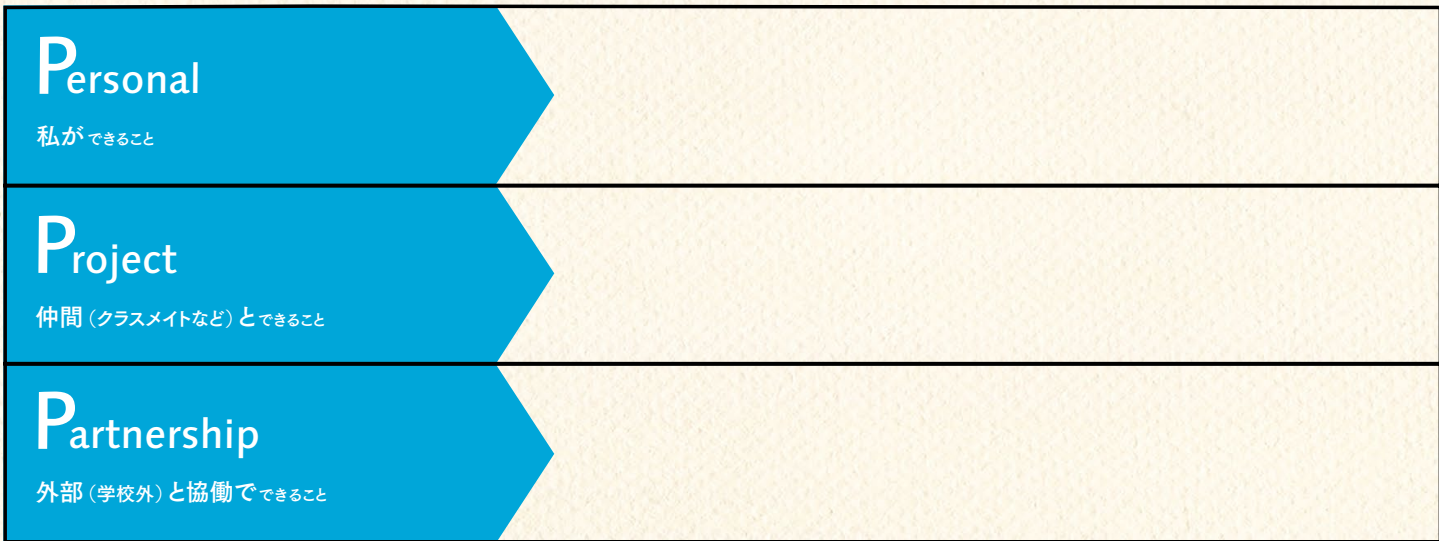
**Prosperity**  
繁栄(豊かさ)

心豊かに暮らすためのコミュニティや持続可能な地域の実現に向けた目標

**Planet**  
地球

気候変動、生態系や生物多様性など地球レベルの環境問題を解決していく目標

# 3 ①を実現するために、②で選んだPをベースに以下の手順で具体的なアクションを考えよう



書くのが難しいときはP85~88を参考にしよう

SDGsの3Pに紐づくゴール(一例)

## People 人間



## Prosperity 繁栄(豊かさ)



## Planet 地球





## 書き方

前ページのワークシートに書いたMY KEYWORDや、選んだSDGsの3P、考えたアクション内容を改めて見直して、未来に向けて「自分が目指していくこと」を一言で表そう。





# SDGs



## マイ・パーパス

(私の未来への目標)



書き込んで  
みよう!

