

世田谷区不登校生徒・保護者のための進路説明会

# 自分で選ぶ多様な進路

2025年6月21日

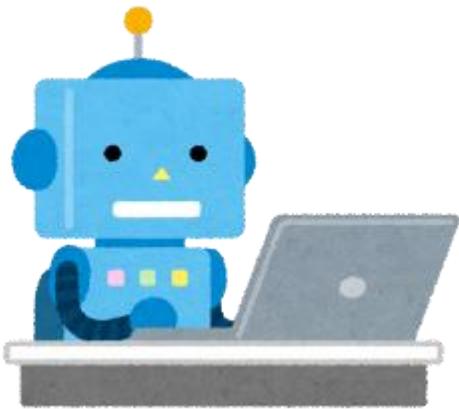
ほっとスクール職員

# 少し先のミライ

これまでの「あたりまえ」が

「あたりまえ」ではなくなる。

そんな**変化の激しい時代**になっている。

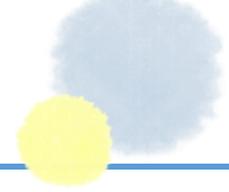


ちかい将来、約49%の仕事がなくなる。

オックスフォード大学 オズボーン准教授

変化の激しい時代の中で、  
子ども達がやっておくとよいこと

# 少し先のミライにそなえて



## やっておくとよいこと

- ◆ 「知識」のつめこみではなく  
情報・状況を組み合わせる「知恵(思考の型)」を育む
- ◆ 「人」とのつながりをつくる  
リアルな「関わり」でなくていい。(物語の登場人物やゲーム等)  
言動、振る舞いがあなたにとって「心地よい人」を探す  
あなたを傷つける人とのつながりは、かえってためにならない
- ◆ 自分の「ムリ」と「アリ」を知る

# 少し先のミライにそなえて

そのために

今、取り組んでいることを **ヒント** にしよう



**興味のあることは？**

**好きなこと嫌いなことは？**

**どんなとき癒される？**

**仲間や相談先は？**

失敗をおそれず、ひとつでも多く、体験してほしい

「今」の中から見つけてほしい大切なこと

厳しい世の中だからこそ、

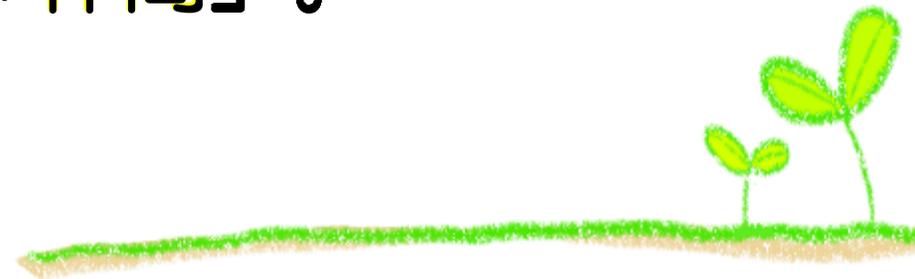
「自分はこれならできる(好き)」という何か。

難問や困難にぶつかったとき、

「こうしたらできるかな？」という「考え方の型」。

子どもの生きる糧になる、「癒し」や「仲間」。

困った時に相談できる「相談先」。



# おうちの方へお願いしたいこと

厳しい世の中だからこそ、

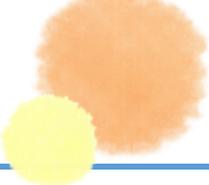
たくさん失敗していいことを伝えましょう。

転ばぬ先の杖はやめましょう。

おうちの人も頑張りすぎず、自分へのご褒美や

困った時に相談できる「相談先」を見つけましょう。



少し先のミライ 

---

中学卒業後の進路って？

# 少し先のミライ～中学卒業後の進路～

全日制高校

定時制高校

通信制高校

高等専修学校

高卒認定試験

高卒資格を  
ゲットする

フリースクール

専修学校

高卒資格に  
こだわらない

働く

家で過ごす

# 進路選びのヒント

- ①将来「なりたい自分像」がある人
- ②なんとなく高卒資格は欲しい人
- ③高卒資格は 必要ない人  
(今は 考えられない人)

# 進路選びのヒント

①将来「なりたい自分像」がある人

②なんとなく高卒資格は欲しい人

③高卒資格は 必要ない人  
(今は 考えられない人)

# 進路選びのヒント ①将来「なりたい自分」がある人



学歴・年齢などの採用条件を調べよう

検索ワード

〇〇〇になるには、〇〇〇の採用条件 など



# 進路選びのヒント ①将来「なりたい自分」がある人

「なりたい自分」から逆算した結果・・・

高卒資格

が

必要

or

高卒資格

は

必要ない

情報は  
常にアップデート  
されるので  
最新情報を！

理系の大学卒  
→学歴は問わない



# 進路選びのヒント

- ① 将来「なりたい自分像」がある人
- ② なんとなく**高卒資格は欲しい**人
- ③ 高卒資格は 必要ない人  
(今は 考えられない人)

## 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

なんとなく高卒資格は取っておこうかな…

そんな人は、

高校の「**通い方**」をイメージしよう

毎日通う

少し通う

通わない

# 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

## 毎日通う

朝から夕方まで「**全日制高校**」  
夜間もしくは昼夜間「**定時制高校**」

少しずつ  
どこかに通う練習を！

## 少し通う(通い方を選べる)

最低限～週5まで「**通信制高校**」 「**高等専修学校**」

## 通わない

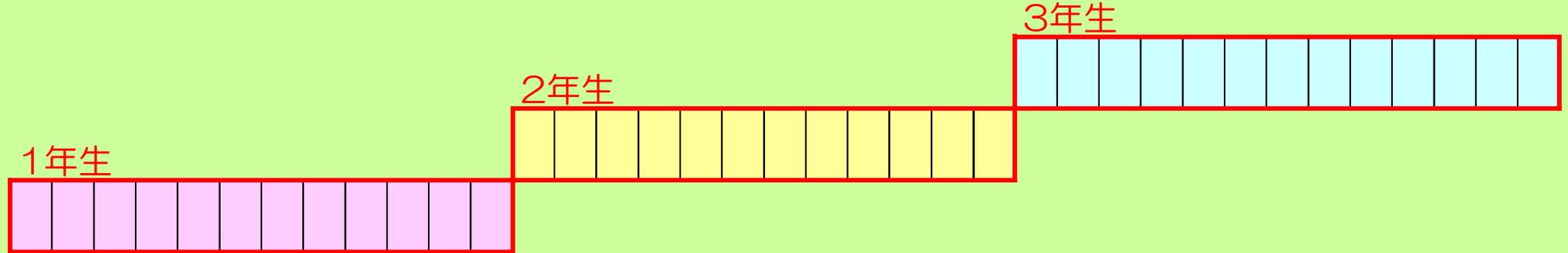
試験を受けて認定される「**高卒認定試験**」

# 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

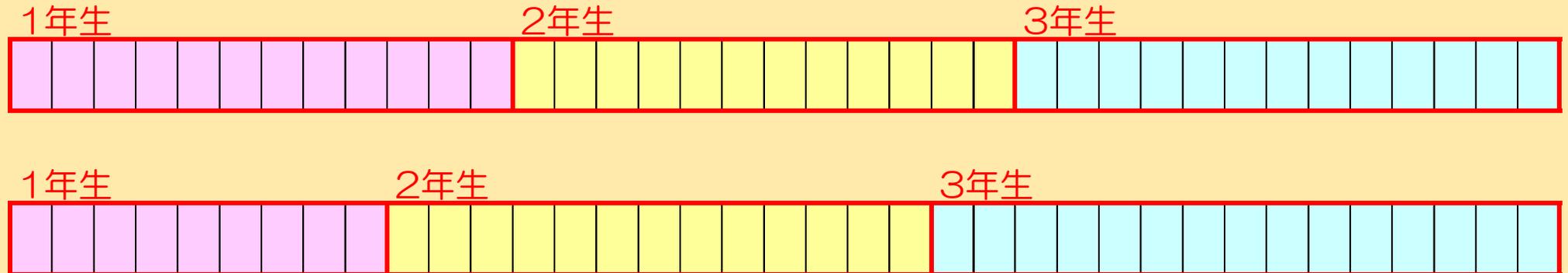
## 高校での単位習得プロセスについて

学年制

1単位でもとれなかったら、その学年をやり直し→**留年**



単位制



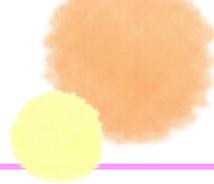
# 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

毎日通う

全日制高校

定時制高校

# 進路選びのヒント 全日制高校



- ◆朝から午後までの日中に授業
- ◆1日に5時間から8時間程度の授業
- ◆通常3年間で卒業
- ◆学力検査による入試が多い

※学校ごとの特色がある！



# 進路選びのヒント 定時制高校

過程		学科	高校(近隣)
<b>夜間</b> (17時半～ 21時頃)	<b>学年制</b>	普通科/農業/工業/ 商業/併合科/産業/ 総合学科	桜町、松原、 神代、園芸、農芸、工芸、 総合工科
	<b>単位制</b>	普通科/工業/総合学科	近隣にはない
<b>昼夜間</b> (3部/4部制)	<b>単位制</b>	普通科/情報/ 総合学科(チャレンジ)	一橋、新宿山吹、荻窪、 世田谷泉、六本木、稔ヶ丘 立川緑※新設

◆通常4年間で卒業（1日4時間授業が基本）

→授業を多くとることで3年で卒業できる場合も

# 進路選びのヒント 定時制高校

## 昼夜間（3部制）の時間

授業時間帯などの例

部	時 限	時 間 帯	I 部の生徒	II 部の生徒	III 部の生徒
I 部	1 限	8:50	必修科目 & 選択科目	選択科目  ↑	
	2 限	↷			
	3 限	12:25			
	4 限	(午前)			
II 部	5 限	13:10	↓  選択科目	必修科目 & 選択科目	選択科目  ↑
	6 限	↷			
	7 限	16:45			
	8 限	(午後)			
III 部	9 限	17:20	※III部には学校給食が あります。		必修科目 & 選択科目
	10 限	↷			
	11 限	21:10			
	12 限	(夜間)			

## 昼夜間（3部制）の定時制高校

### 三部制・単位制・普通科

→新宿山吹・荻窪・一橋・八王子拓真等

※新宿山吹は四部制

### 三部制・単位制・総合学科

（チャレンジスクール）

→世田谷泉・六本木・稔が丘・大江戸  
桐ヶ丘・小台橋・立川緑（新設）

2つの違いは、  
入試と授業内容

#### 普通科

入試：3教科・面接  
授業はあまり選べない

#### チャレンジスクール

入試：作文・面接  
授業は幅広い中から選べる  
※授業内容はパンフレットで確認！

# 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

少し通う  
通い方を選ぶ

通信制高校

高等専修学校

# 進路選びのヒント 通信制高校

レポート

年間60通  
程度

スクーリング

年間20日程度



60~80%軽減可

テスト

前期・後期

or

年度末

74単位をとれば卒業できる

## 通信制高校の選び方のヒント

レポート

どんな  
サポートがある？  
その高校orサポート校？

スクーリング

どこで？  
何日くらい？

テスト

いつ？  
どこで？

+  $\alpha$  はなに？

## 通信制高校の選び方のヒント

学科・  
コース

通学  
スタイル

部活  
サークル

+  $\alpha$  はなに？

勉強の仕方・  
進路

困った時  
の  
支援

# 進路選びのヒント 通信制高校



## 都立は3校

一橋高校

[一橋高等学校 通信制 HP](#) [一橋高校説明会資料](#)

新宿山吹高校

[新宿山吹高等学校 HP](#)

砂川高校

[砂川高等学校 通信制 HP](#)

普通科

スクーリング毎週土曜日  
教科ごとの最低時数以上

## 私立高校はたくさん

多すぎてよくわからない…という方へ

探し方 ① インターネットで検索する

→



② 気になる学校を見学してみる



- ◆中卒で通う専門的な学びを深める学校。
- ◆職業・实际生活に必要な能力を育成、または好きなことや特長を伸ばすことを目的とした学校
- ◆**高等**専修学校では  
文部科学省の定める基準を満たす課程を修了した者は、  
大学入学資格を取得できる

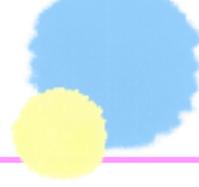
# 進路選びのヒント ②なんとなく高卒資格は欲しい人

通わない

高卒認定試験

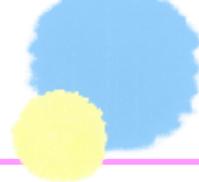
※正確には、高卒資格は得られない

# 進路選びのヒント 高卒認定試験



- ◆ **高卒ではなく**、高校卒業程度の学力を持っている
  - ▷ 大学受験が出来たり、高卒と同じ給与をもらえたりする
- ◆ **受験資格**「16歳以上の、高校を卒業していない人」
  - ▷ ただし認定されるのは18歳以降
- ◆ 毎年「**8月・11月**」の**2回開催**
- ◆ **試験科目**:国語/数学/英語/世界史/日本史or地理/  
現代社会or倫理＋政治経済/理科(3科目)

# 進路選びのヒント 高卒認定試験



気になる人は、  
過去問を見てみよう！

[文部科学省HP](#)

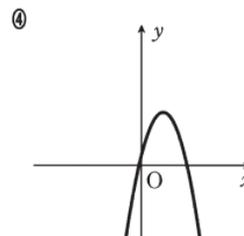
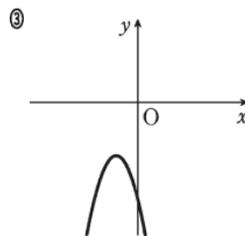
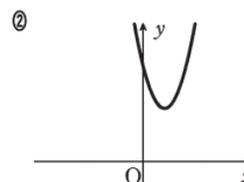
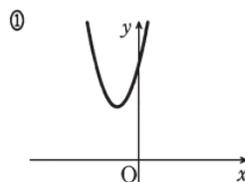
数学

3 次の **ア** ~ **エ** の  を適切にうめなさい。

(1) 二次関数  $y=(x-2)^2+5$  のグラフの概形として最も適切なものは

**ア** である。

次の ①~④ のうちから一つ選べ。



科学と人間生活

問 3 火山は、マグマの性質や噴火の様式によって形が異なる。写真の富士山の説明として最も適切なものを、下の①~④のうちから一つ選べ。解答番号は 。



写真

- ① 粘性の低いマグマが噴出し、溶岩流が広く流れることでできた、盾状火山である。
- ② 粘性の高いマグマが火口付近で急な山体をつくることでできた、溶岩ドームである。
- ③ 爆発的な噴火を繰り返すことでできた、カルデラ火山である。
- ④ 火砕物と溶岩の噴出が交互に繰り返されてできた、成層火山である。

問 4 1991年(平成3年)雲仙普賢岳の噴火では大規模な火砕流が発生した。火砕流の説明として最も適切なものを、次の①~④のうちから一つ選べ。解答番号は 。

- ① 降り積もった火砕物が、大雨にともない川などを一気に流れる現象である。

3 次の 1 から 3 の各英文がまとまりのある文章になるようにそれぞれ①~⑤の語(句)を並べかえたとき、2番目と4番目に入るものを選びなさい。解答番号は  ~ 。

1 I have a friend named Yoko who loves reading. One day I asked   reads a month. She said she reads about ten books a month on average. Isn't that amazing?

- ① many                      ② her                      ③ how
- ④ books                      ⑤ she

2 Takahiro visited an amusement park with his friends yesterday. Unfortunately, it was raining all day, so they   in a café. However, they still enjoyed the day together.

- ① of                              ② spend                      ③ the time
- ④ had to                      ⑤ most

# 進路選びのヒント

①将来「なりたい自分像」がある人

②なんとなく高卒資格は欲しい人

③高卒資格は **必要ない人**  
(今は **考えられない人**)

# 進路選びのヒント フリースクール

---

- ◆学校制度外に自由につくりだした、子どもたちの学び育つ場
- ◆文部科学省により、不登校支援策の中に位置付けられた多様な「民間施設」

# 進路選びのヒント 専修学校

## ◆専修学校は全部で3種類！

種類	主な目的／内容	対象
一般課程	趣味・教養、実用スキルの習得が目的 (例：料理、イラスト、語学、パソコンなど)	誰でもOK
高等課程 (=高等専修学校)	高校生と同年代が専門教育を受けながら、 高卒資格も目指せる	中学卒業生
専門課程 (=専門学校)	職業や資格に直結する専門教育 (例：看護、保育、デザイン、ITなど)	高校卒業生または 高等課程修了者

## ◆15歳の3月卒業後から就労可能

18歳未満は深夜労働や危険作業などに制限あり

## ◆職業訓練所

1. ハローワークで相談・申込
2. 面接や筆記試験（簡単な適性検査など）
3. 合格すれば無料または格安で受講

安心のためにできること  
親や信頼できる大人に相談  
労働条件通知書や契約書をもらって  
大人に確認してもらう



# 進路選びのヒント 今は考えられない

周りと比較して、焦らないこと

中学を卒業したからといって  
すぐにどこかへつながる必要はありません。



こんなとき どうする？

①

「高校からは、  
頑張れると思うんだ！

だから、挑戦してみる！」



その目標、

あまりに今と  
ギャップが  
ありませんか？



『今の(不登校の)自分は「ダメ」なんだ  
家族の為にも、頑張るしかない！！』

そう思いこみ  
無謀なチャレンジを選んだ結果  
高校を中退する子は案外多いです。  
大切なのは、あなた(子)がどうしたいか。



こんなとき どうする？

②

「なんとなく

高校には行きたいんだけど

なんか頑張れないんだよね…」



ここは心を鬼にして  
子どものために  
厳しくしよう！

社会は 甘くない!!!  
気合でガンバシ!



『社会は厳しい。自分はダメダメ。  
怖くて一歩も出られないよ…』

口に出さないだけで、  
そう感じている子どもは多い  
言われてやる気が出るどころか、  
ふみだす勇気がなくなってしまうかも



大切なのは、脅しではなく、  
子どもが「大丈夫」と思える環境をつくること

あっているやり方や道を  
一緒に考えることが、とても大事

あとは子ども以上に信じて待ちましょう



**変化**の多いこれからの時代は、厳しいものになるでしょう  
（学校に行っているにも行っていないなくても）

だからこそ、「**子ども**」のうちに  
たくさんの経験から「**自分**」について考えてほしい

それがきっとそれがあなたの「**強み**」になるはずだから

そして、自分は何もしてない…なんて思わないでほしい  
今、**あなたはそこに居て**、何かを考えているはずだから

あなたの**ペース**でいい **あなたのままでいい**

