

誰も教えてくれなかった  
「なりたい自分」  
の見つけ方

なりたい自分発見ラボ

CROSSMEDIA PUBLISHING

# はじめに

---

「なりたい自分なんて、正直よくわからない」

そう思って、立ち止まったり、悩んだりしていませんか？

周りには目標に向かって輝いている人がいて、自分が迷子になっている気がする。

そんなふうに思う人は少なくありません。

「自分らしさ」や「理想の自分」を見つけるのは、簡単ではありません。

特に、今の時代は選択肢が多すぎて、何を選べばいいのか見えにくい。

だからこそ、立ち止まることも、迷うことも、自然なことなのです。

この本ではなりたい職業を見つけ、努力の末に夢を実現した人、社会に出てから本当になりたい自分に気づき、キャリアチェンジした人など、10～60代までの世代も性別も異なる30人にインタビューをして、「なりたい自分」を見つけ、叶えるためのヒントや、考え方の糸口を聞きました。

彼らの多くは最初から「なりたい自分」があったわけではありません。模索と挑戦を繰り返し、ときには迷い

---

---

ながら、少しずつその姿を見つけていきました。

「これだ」と思える道にたどり着くまでの過程は、決してまっすぐではなく、むしろ曲がりくねっていた人がほとんどです。

彼らの共通点は、「何もしない」よりも「やってみる」を選んだこと。

それが、新しい自分や、思いがけない道へのきっかけを生んでいたのです。

「自分が本当にやりたいことなんてわからない」と感じているあなたへ。

もしかしたら、小さな気づきや、子どもの頃からの興味関心が、未来の「なりたい自分」への第一歩につながるかもしれません。

迷いの中にいるあなたが、この本を手に取ったのも、きっとひとつのきっかけです。

次の一步を踏み出す勇気を見つけるために、ページをめくってみてください。

なりたい自分発見ラボ

# CONTENTS

はじめに	2
------	---

## 第1章 生涯にわたって「なりたい」を考える

科学的な根拠が示す適職探しの正解	
いろんなことに挑戦し「なりたい自分」になる	10
サイエンスライター 鈴木 祐	
とことん努力した自信がチャンスを 自らつかみ取る原動力に	18
Human Academy CREST GAMING “CREATOR” Wh1skey	

## 第2章 10代で「なりたい」に向き合う

「挑戦する」という一歩がなければ、 どんな夢も叶わない	28
声優 小原 好美	

迷ったらワクワクするほうへ 選んだ道を正解にするのは、自分次第	32
声優 大和田 仁美	

長いようで短い学生時代 「自分から」の行動が今につながる	36
株式会社セガ ゲームプログラマー 羽鳥 歩	

挫折を越えてつかんだプログラミングの世界	40
株式会社サイバーエージェント Androidエンジニア 原田 伶央	
偶然の出会いをチャンスに変える力	44
福岡ソフトバンクホークス アスレティックトレーナー 有馬 大智	

### 第3章 大人になって「なりたい」を見つめ直す

やりたいこと探しの答えは すでに自分の中にある	50
キャリアコンサルタント／日本語教師 後藤 美恵	
1,000時間を超える学びで フリーランスとしての自信をつかむ	54
フリーランスWebクリエイター／コーダー 藤澤 亘	
学びと挑戦を続けることで ネイリストとしての夢を現実に	58
ネイルサロン「CRESCENT.」「vrai」ネイリスト Yu-ka	
自分の根底にある好奇心を育み 動画づくりの道を極める	62
YouTuber／動画クリエイター講師 本津 誠司	
日本ならではの伝え方を教えて 外国人が働きやすい職場をつくる	66
株式会社エルロン 代表取締役 石川 陽子	

## 第4章 MBAで広がる自分の可能性

グローバルな視野と行動力が  
進むべき道を照らしてくれる ..... 72

株式会社RAVIPA 代表取締役 **新井 亨**

未来を考えるための武器を手に入れる ..... 76

株式会社リクルート ソリューションデザイン1部グループマネージャー **高木 瑞香**

迷いを捨て、挑戦すれば、  
自分の強みや道が見えてくる ..... 80

Yuki H1合同会社 社長(CEO) **平井 信行**

1つひとつのチャンスをきっかけに  
自分の得意分野が見えてくる ..... 84

オリックス銀行株式会社 デジタル戦略推進部デジタル推進チームマネージャー **牟田 香奈**

学び続ける姿勢が見える世界を広げてくれた ..... 88

株式会社タウ 代表取締役社長 **宮本 明岳**

## 第5章 子ども時代から「なりたい」を育む

誰にも負けない自分だけの個性を磨きたい ..... 94

「クリエイティプロボティクスコンテスト2024」総合大賞受賞 高校1年生 **飯田 空大**

全国大会で2大会連続MVP賞  
将来はロボットを作る仕事に就きたい ..... 98

「ヒューマンアカデミーロボプロ全国大会」2大会連続MVP賞受賞 高校3年生 **山本 蒼也**

仲間と取り組んだボランティア活動で  
こども家庭庁から表彰 ..... 102

Maple tree代表 高校1年生 小池 楓

たくさんの科学体験から  
子どもたちに学ぶ楽しさを伝えたい ..... 106

科学教室「サイエンスゲーツ」芦屋東山教室オーナー 神 愛

子どもたちの考える力を伸ばし  
未来を担う人材を育てたい ..... 110

キッズロボ合同会社 代表 高橋 留美子

## 第6章 日本に来て「なりたい」を決める

次に叶えたい夢は  
ミャンマーで日本語学校を創ること ..... 116

自動車整備士 アウン・チョウ・ピョー

40代後半になって気づいた  
自分が本当に実現したい夢 ..... 120

バッグブランド「ROVETOM」代表 キム・ジェフン

言葉は文化、学ぶことで自分の世界が広がっていく ..... 124

国内旅行会社勤務 ビルセン・ヤシャム・セリン

2人で生きていくために最善の選択をする ..... 128

機械設計エンジニア レン・イリョウ  
フリーター オウ・カキ

苦しくてもあきらめないことが  
なりたい自分になれる近道 ..... 132

ホテルフロントスタッフ キム・ジフン

## 第7章 海外で見つけた「なりたい」を叶える

与えられたチャンスには  
常に「イエス」と答えて挑戦する ..... 138

バッグデザイナー兼コンテンツクリエイター 石井 日奈子

たくさんの魅力的な出会いが  
人生をポジティブに変えた ..... 142

アマゾンジャパン合同会社 ファイナンシャルアナリスト 松山 隆

グローバルな活動を通して  
動物倫理の課題解決に挑む ..... 146

CITES Global Youth Network 日本代表 田中 奏子

夢はソーシャルビジネスの起業  
デザインの力で社会貢献したい ..... 150

カリフォルニア州立大学ロングビーチ校大学院 村山 はな

やりたいことが変わっても  
積み上げた経験は未来につながっていく ..... 154

パーソルキャリア株式会社 BRS事業部ITコンサルタント 岩野 孝夫

### column

なりたい自分を叶える「SELFingシート」 ..... 158

●制作協力：ヒューマンアカデミー・総合学園ヒューマンアカデミー・ヒューマンアカデミージュニア・ヒューマンアカデミー日本語学校・ウェールズ大学 トリニティセントディビッド MBAプログラム・産経ヒューマン留学センター

●装画：池上 幸輝

●写真：宮津 かなえ

●カバーデザイン：都井 美穂子

●本文デザイン：大谷 達也、佐藤 実咲(アイル企画)