

誰も教えてくれなかった

「なりたい自分」 のを見つけ方

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、自分だけが迷子になっている気がする。

そんなふうと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、この本を手にとったのも、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

「クリエイティブ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 子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「SELing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イビッド 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)