



2025.12.7 Sun
かちぞうゼミ最終発表

日本人の熱意を解き放つ！
IKIGAIイノベーション

京都産業大学 ハッピーターンチーム

働くことについて考えることは
＝就活に対する不安だった

就活に向き合うわたしたちの気持ち

この不安は
わたしの試練なのかな？



どんな仕事が
向いているんだろう...



自己分析にES。。。
向き合うことが多いな。。。



わたしの強みって何？
どう表現したらいいの？？



そんなわたしたちの眼の前に現れたのが
「生きがいを社会にコネクトする」という強い意思と
IKIGAImandala™だった

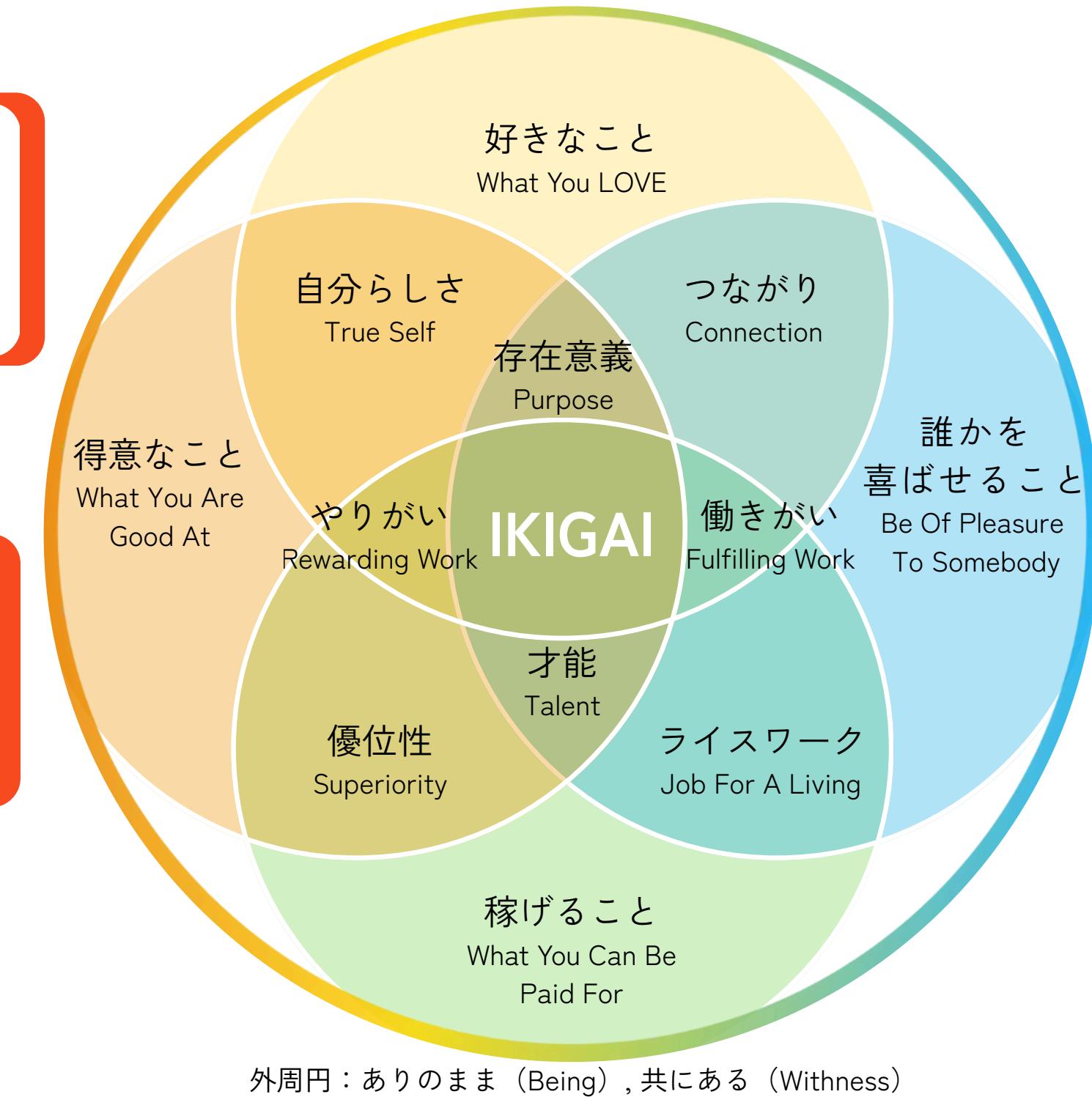
IKIGAI mandala™を見た印象

しっかり生きがいを
言語化できるか不安…

どんな時に
役に立つの…？

課題みたいで難しい…

生きがいという言葉が
重くてプレッシャー…



ikigai
IKIGAI WORKS

あなたにとって“生きがい”とは？

ikigai
IKIGAI WORKS

生きがいイメージ



ikigai
IKIGAI WORKS



生きがいとは、
一人ひとり異なるものである

向き合っていく社会課題

**エンゲージメントを持って働いている従業員
日本・・・5%**

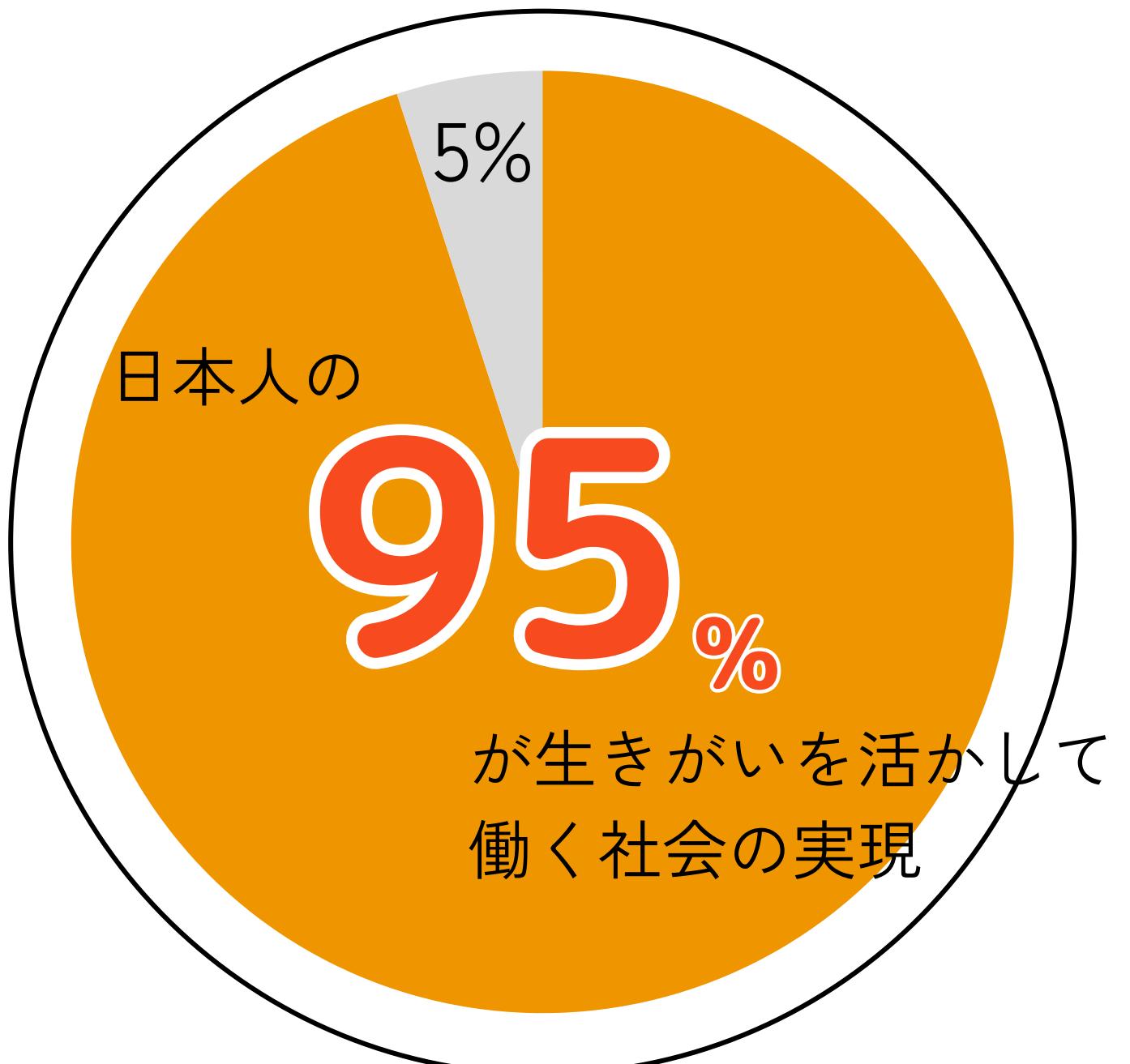
アメリカ ギャラップ社調べ

*ギャラップ社とは：アメリカの世論調査会社であり、人の才能を発見するストレングスファインダー開発企業

やっぱり社会人になると
何かを失っていくんだなと感じた。



日本人の熱意を解き放ちたい！



みんながそうだからって
95%に飲み込まれるな！！
見方を変えて、多くの熱意を希望に変えたい！

ikigai
IKIGAI WORKS



「生きがい」を社会へ
わたしたちの力でコネクトさせる

社会へコネクトするためのゴール設定

1

わたしたち自身の
「生きがい」
を発見してみる

2

親しい人に
「IKIGAImandala™」
を実践してみる

3

社会人の方に
「IKIGAImandala™」
を実践してみる

95%の熱狂を生むためのマイルストーン

6月8日～
7月下旬

自身の生きがい
を言語化するため、
毎週のワークの中で
自分自信と
向き合い続ける

8月上旬～
9月下旬

ワークショップ[®]の感動を
波及するため
夏休みの宿題として
IKIGAmandalaを
親しい人に実践

10月上旬～
10月下旬

IKIGAmandala
の可能性を言語化する

10月25日
中間発表

IKIGAmandalaが
初見の方から
様々なFBをいただき
気づきを得る

11月上旬～
12月上旬

一人ひとりの
生きがいを
社会課題へ
コネクトさせる

12月7日
最終発表

IKGIAIを通じて行つ
た活動がどれほど
社会インパクトを生む
ことが出来たかでし
ょうか？

*授業スケジュールに沿いながら週次でMTGを実施



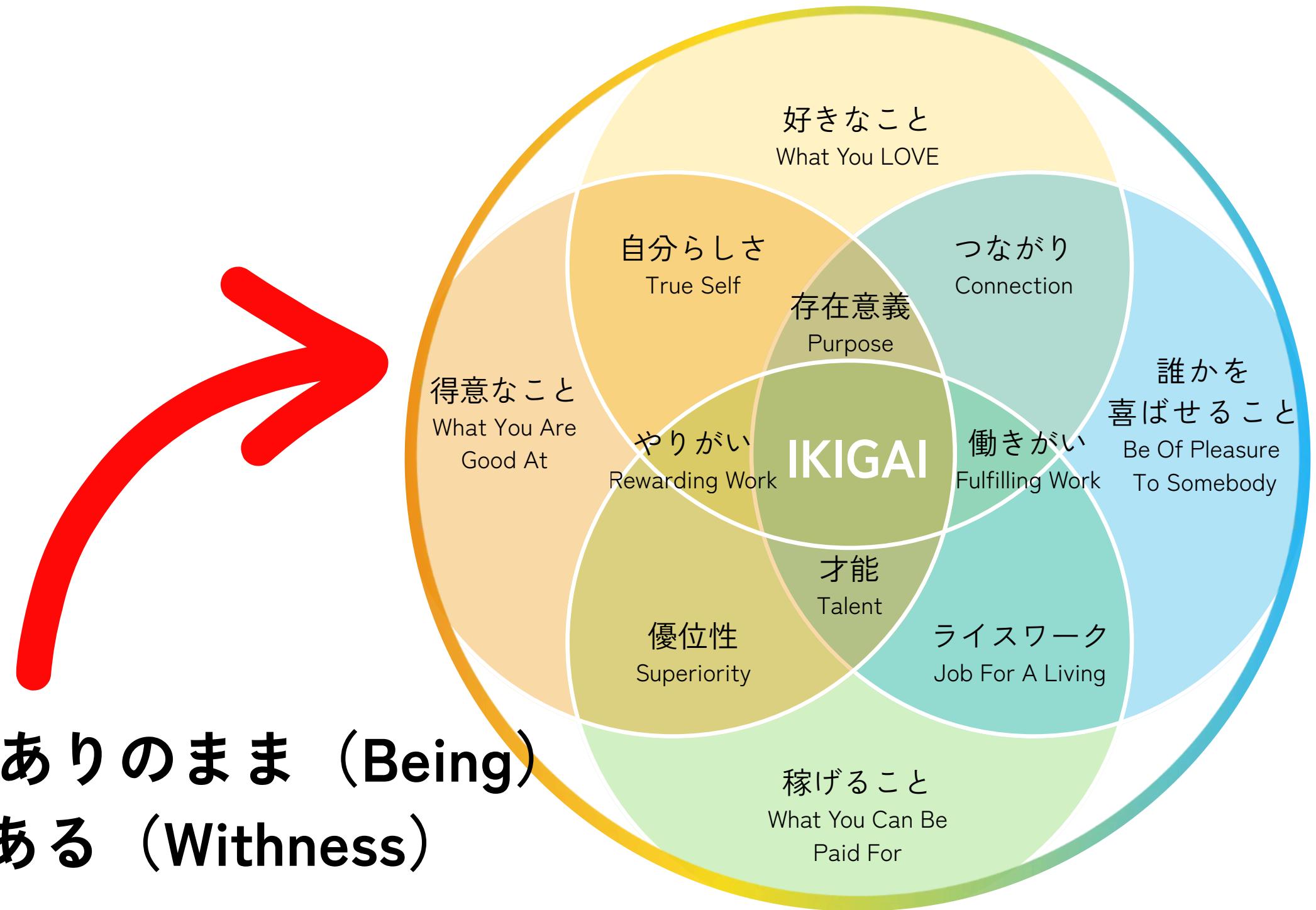
ikigai
IKIGAI WORKS

生きがいを言語化するために
IKIGAI mandala™ を使ってみた

既存と異なるIKIGAI mandala™



スマホで見る
IKIGAI mandala™



外周円：ありのまま (Being)
共にある (Withness)

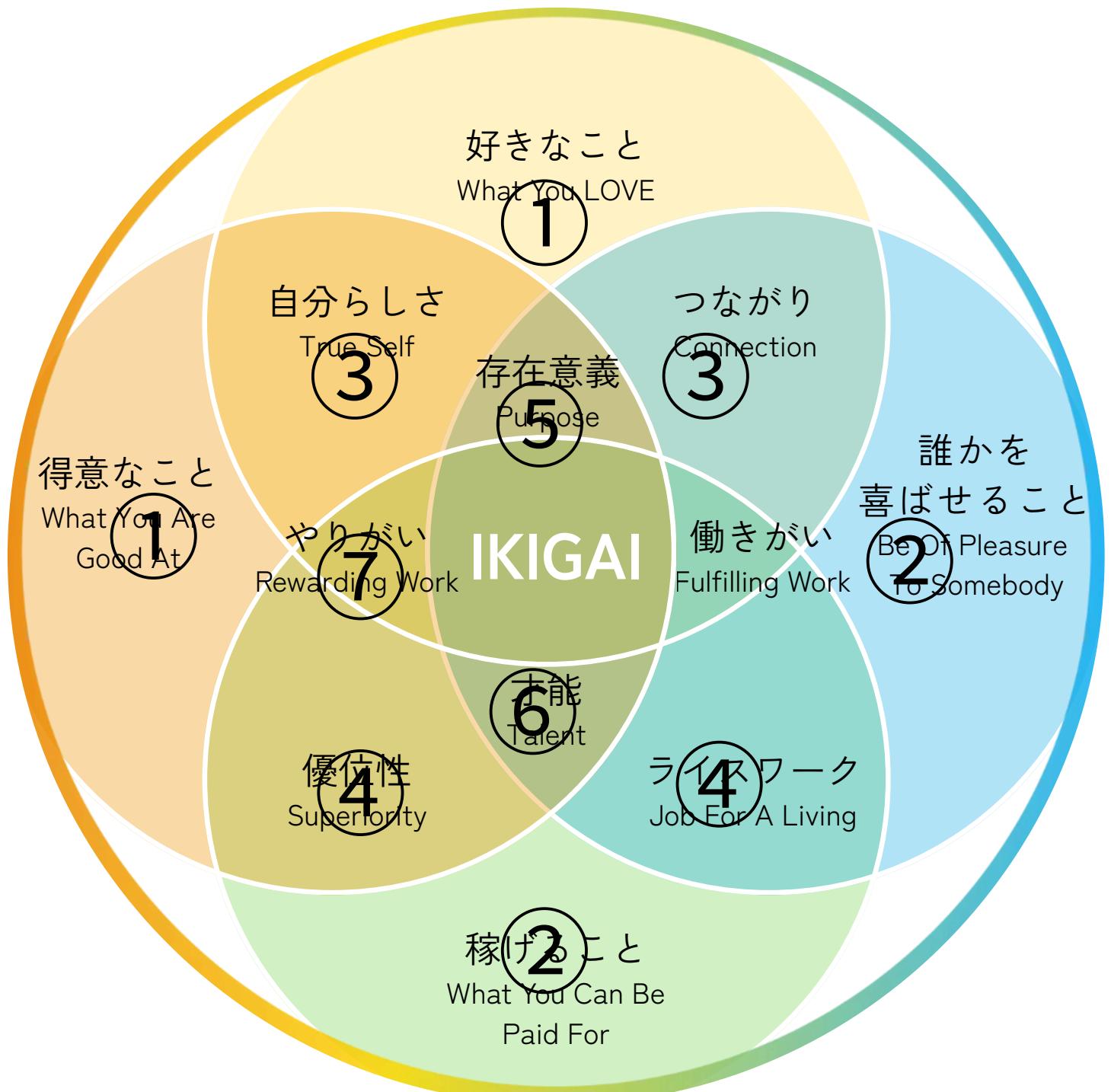
4つの円の重なりから
生きがいが中心に
見えてきます。

IKIGAI
IKIGAI WORKS

IKIGAI mandala™ 実践手順



スマホで見る
IKIGAI mandala™



すべてを埋められなくても大丈夫！



IKIGAI
IKIGAI WORKS

でもやっぱり難しそう。。。
そんなあなたも大丈夫！！

mandalaは自分の中の“生きがい”を活かす



スマホで見る
IKIGAI mandala™



何かを新しく始めなくても大丈夫。
あなたの中には、
もうすでにたくさんの“いいもの”があります。
「IKIGAI mandala™」は、それを言葉にして
働くことや生きることを、
もっと自分らしくしていくツールです。
一緒に、自分を見つめ直して行きましょう！

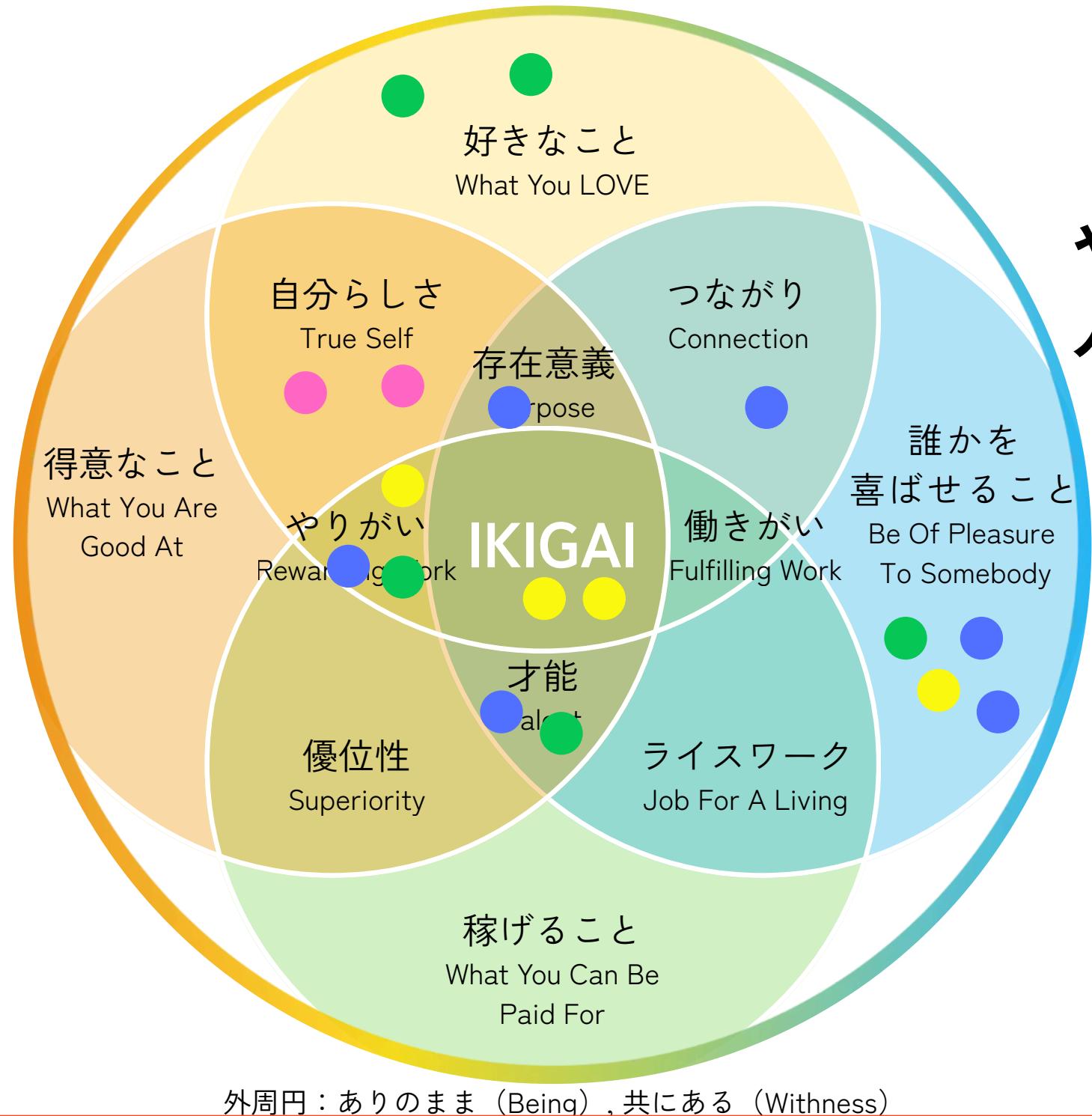
あなたにとって“働く”とは？



ワークショップ実施

21 人

- 学生男子
 - 学生女子
 - 成人男性
 - 大人女性
- (n=17人)



やっぱり生きがいは、
人によって表現が異なるもの。

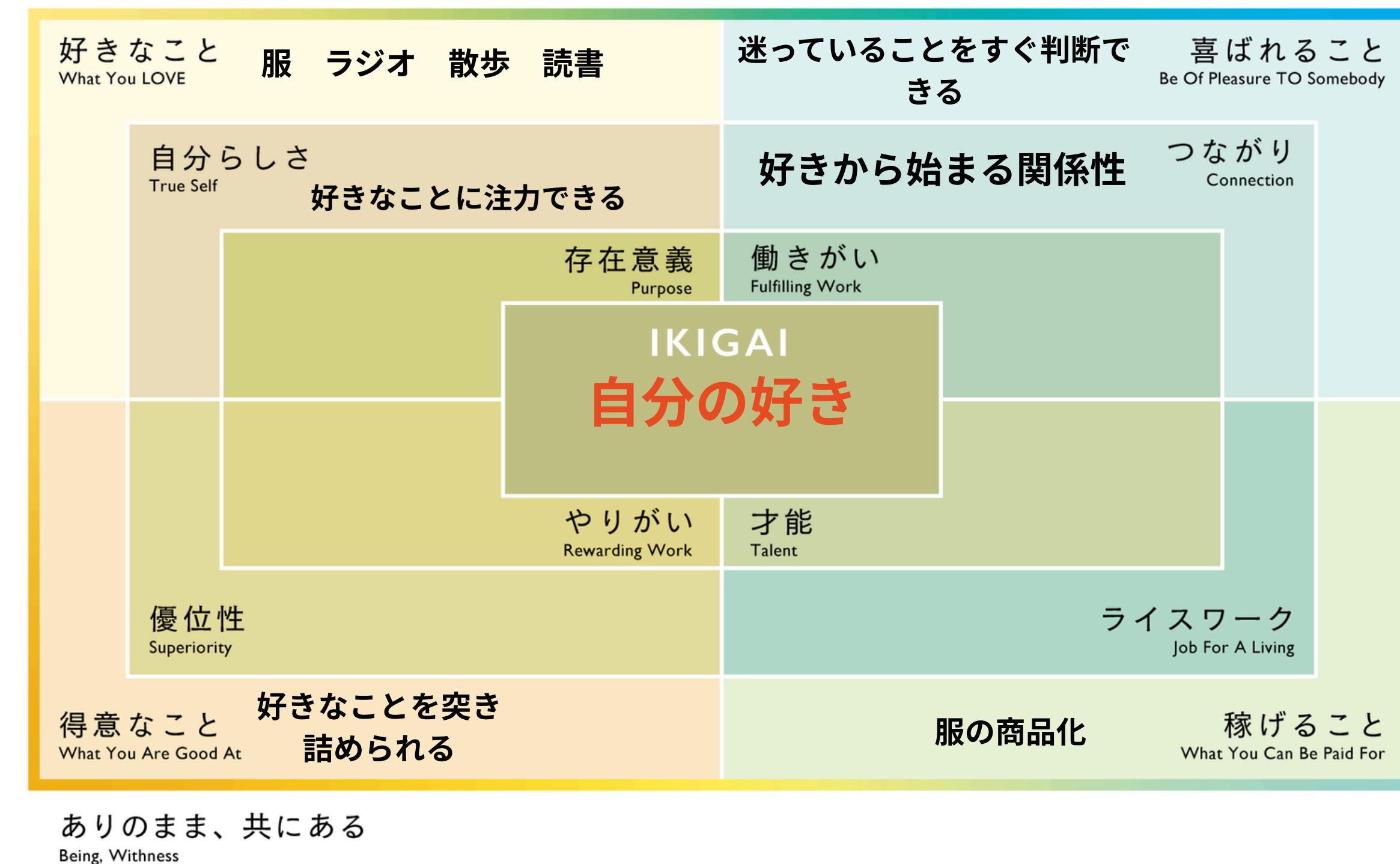
ikigai
IKIGAI WORKS

スマホで見る
IKIGAImandala™

例）学生AさんのIKIGAI



スマホで見る
IKIGAI Mandala™



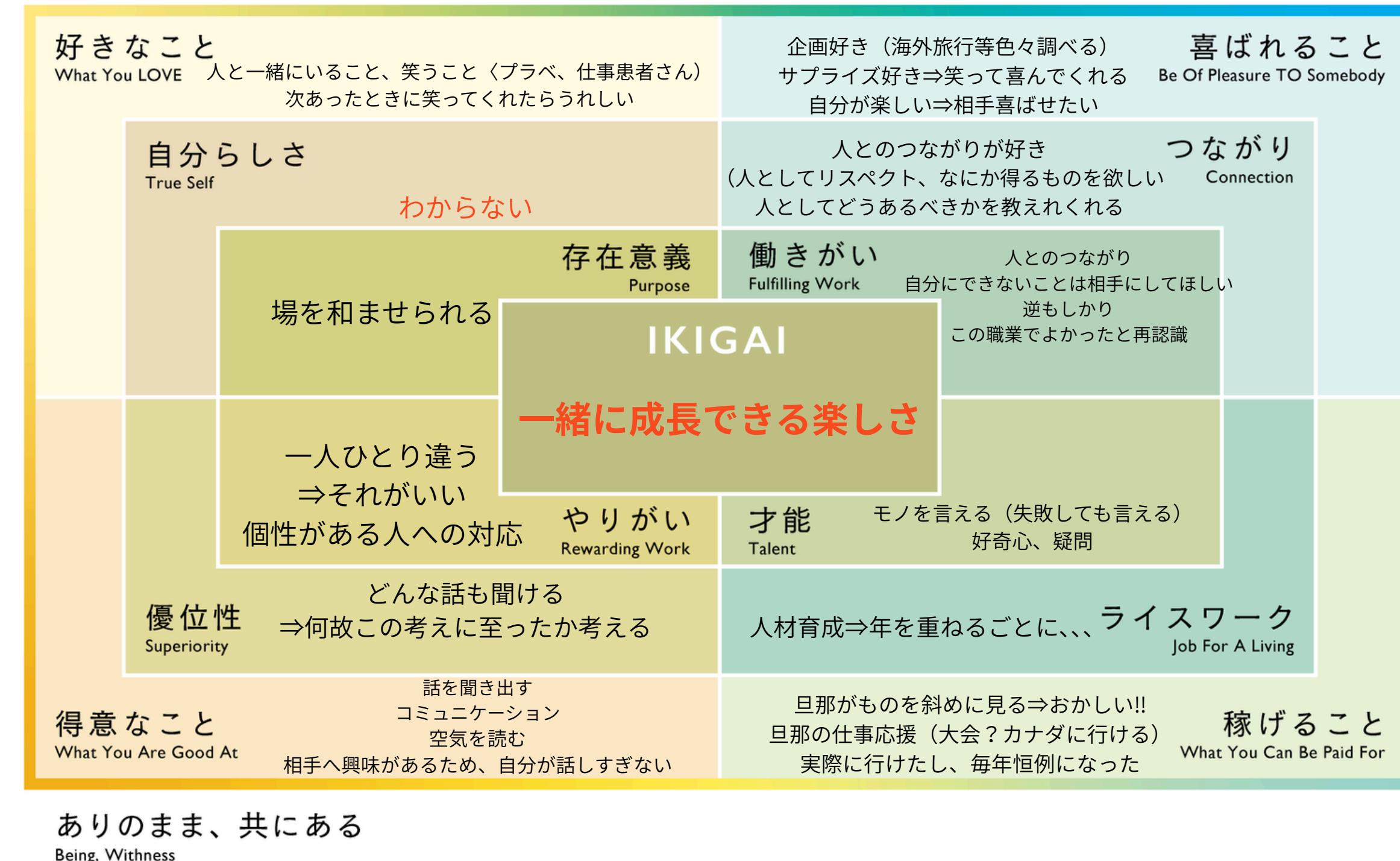
ikigai
IKIGAI WORKS

例）社会人BさんのIKIGAI



スマホで見る IKIGAImandala™

IKIGAI WORKS' Definition of the "IKIGAImandara"



体験者の声



スマホで見る
IKIGAI mandala™



自分の価値観を整理できた！

21歳男性



これまでの自分の生き方を見直す
きっかけになった！

35歳男性



家族や友人と話すきっかけになった！

20歳男性

自己診断テストみたいな感じで
楽しく取り組めた！

20歳女性



相手との会話を交えたことで、
新たな気付きを得られた！

50歳女性

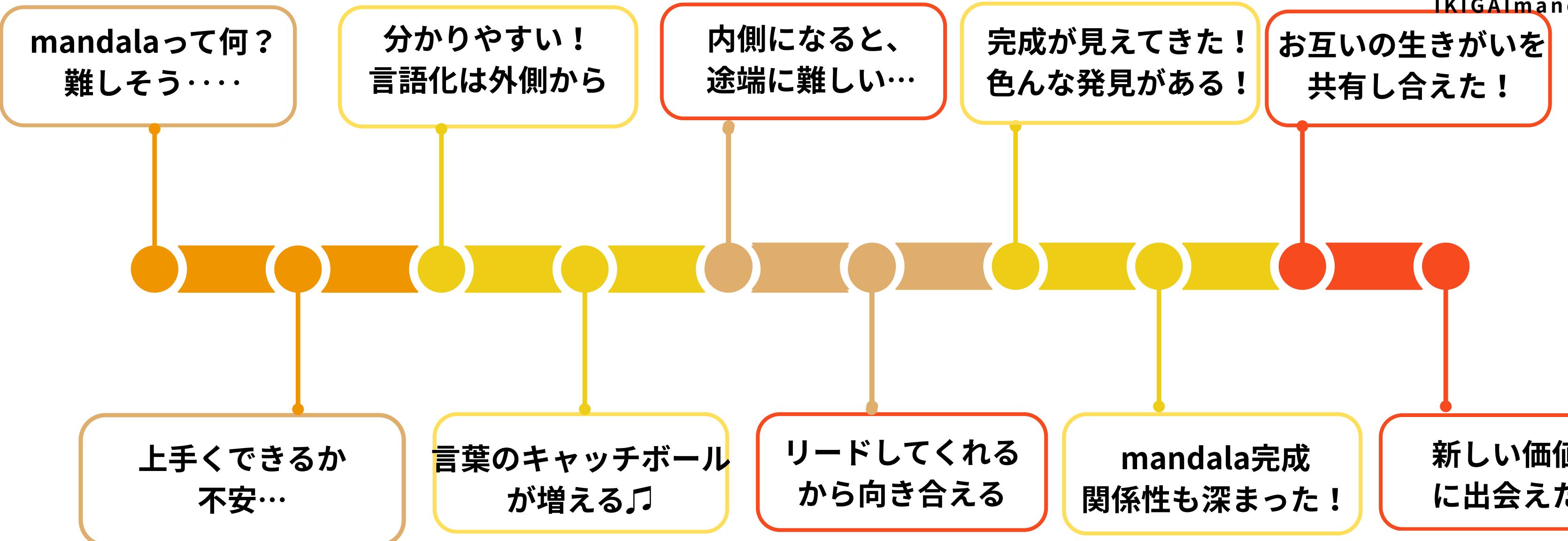


ikigai
IKIGAI WORKS

ワークショップを通した感情の変遷



スマホで見る
IKIGAI mandala™

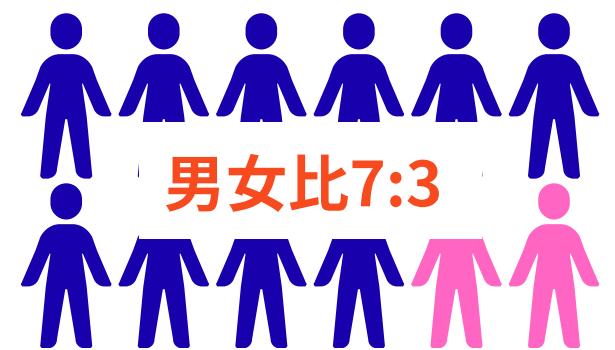


ikigai
IKIGAI WORKS

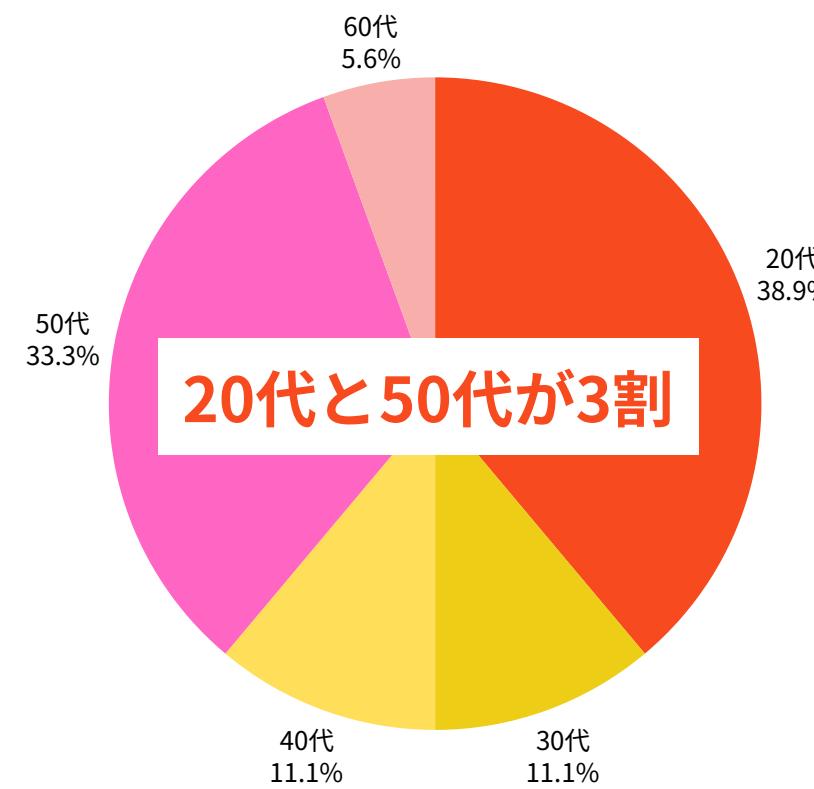
数字で見る変化



スマホで見る
IKIGAlmandala™



1.男女比率



2.年齢層



3. ワークショップ[®]後の変化



n=17人

IKIGAImandala™から発見したもの



スマホで見る
IKIGAImandala™

1

生きがいは
普段の日常の中にも
ある！

2

気が付かなかった
一面を知ることで
未来を考える
きっかけになる！

3

参加者とファシ
リテーターとの
仲が深まる！

ikigai
IKIGAI WORKS

自分の生きがいを知ること

= “自分らしく生きる第一歩”

だからこそ就活への不安は、
どうなったと思 い ま す か ?



「生きがい」が社会に拡がると、
毎日の幸せが増える！

今日から実践！

日常にIKIGAIが溢れる3つの方法をご提案！！

①心が動いた写真を3日間連続で撮ってみる

その日に心が動いた瞬間を写真に収めてみる！



- ・フォルダを見るとその日のことを思い出せる！
- ・思い出が増える！
- ・見返せるのが楽しい♪
- ・感じ方の変化が可視化できる

②ひとこと日記を3日間連続でつけてみる

まずはふと思つたことや感じたことから気軽に！



- ・その時に感じたことが一目でわかる
- ・写真と紐づけることで振り返ることができ価値が深まる！
- ・まずは簡単な一言からでもOK!
その時に自分が感じたことをそのまま簡単な表現で大丈夫！

③普段逢わない3人と逢ってみる

身近な”新しい人”と繋がってみる



- ・普段は話さないことを話してみる
→新しい価値観に触れられる！
- ・お気に入り写真をシェアしてみる
→自己理解が深まり、他人との繋がり
が強まる！

やった先に見える世界観とは？



一般社団法人
日本IKIGAIデザイン協会

Powered by IKIGAI WORKS株式会社

公式LINEでもIKIGAI習慣をサポート！！

ikigai
IKIGAI WORKS

公式LINEからお友達登録

7Daysチャレンジ！言葉にすることから始める習慣。
自分自身の心が動くモノ・コト写真をUPして、ひとこと添えることで日常の些細な中にある何かを見つけてみましょう！



その他にも♪♪

2025年12月放送スタートのpodcast番組

耳活としてIKIGAI

代表 熊倉が、生きがい初心者のアシスタントと生きがいについて語り合いながら、リスナーのみなさんと生きがい深ぼっていく内容となっています。ゆったりと気楽にお聞きください。



個人向けラボラトリー型コミュニティ 月額 980/円

コミュニティで探求するIKIGAI

月に一度の研究会をメインとする、個人向けのIKIGAI探求コミュニティです。生きがいについて一緒に理解を深めていきましょう。



Information

IKIGAI WORKS株式会社のグループ団体、一般社団法人日本IKIGAIデザイン協会では、IKIGAImandala™を使った各サービスを提供しています。

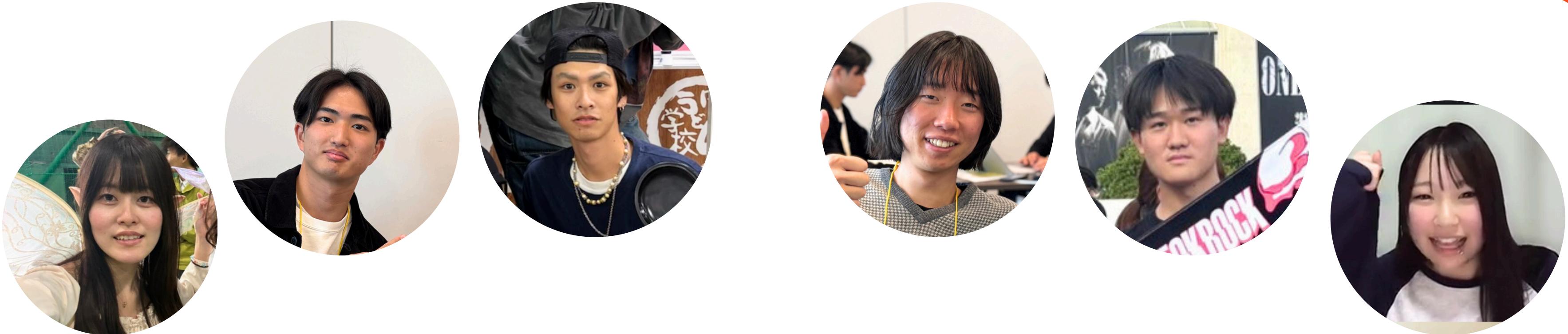


生きがいは巡り巡ってみんなへ伝染る





“生きがい“は伝染るんです。
95%の情熱をわたしたちから
拡げていきませんか？



ご清聴ありがとうございました



ハッピーターンチーム
京都産業大学

ikigai
IKIGAI WORKS



お友達追加してね♪

