



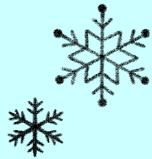
100単位取得者インタビュー特集号

◎高校生スキルアッププログラムを活用して、あおもり県民カレッジによる認定証(100単位毎に発行)を取得した高校生にインタビューを行いました。



たかぎ まお
青森北高等学校 3年 高木 万緒さん

令和7年8月1日に113単位を達成して、県民カレッジ認定証を取得しました。
100単位以上を取得した高校生は高木さんで8人目の快挙です。



—高校生スキルアッププログラムに参加したきっかけは？

中学3年生から学生団体に所属していて、毎週活動があったので、記録を残せたらと思って参加しました。また、進路活動に役立つと聞いたのもきっかけです。



—100単位を目指そうと思った理由はなんですか？

学生団体の先輩が、最終的に300単位を達成していたので、自分もやってみたいと思いました。また、100単位という大きな区切りを目指した方がレポートを書くのも苦痛じゃなくなるし、活動の目的が一つ増えるなと思って、モチベーションにしていました。

—100単位獲得までに大変だったことはありますか？

土曜日は部活、日曜日は1日中、学生団体の活動、というスケジュールがほとんどだったので、最初は本当に体力が追いつかなかったんですけど、日に日に慣れるようになりました。学校の課題は、金曜日に学校で進めたり、土曜の夜にまとめて終わらせたりしていました。

あと、2年生くらいから、体力的にきつくなったら、ちゃんと休んだ方がいいなと思って。無理しないで取り組むことを覚えました。



—スキルアッププログラムを通して、自分自身の変化はありましたか？

コミュニケーション力が伸びたと思います。以前は自分から話しかけるタイプではなかったですが、積極的に話しかけた方が人間関係がうまくいきやすいなと思いました。色々な人と関わることで、人の話し方が身についたと思います。

あとは、学生団体でチラシ配りをするときに、学校へ依頼の電話をかけたりと外部との関わりもあったので、電話でのマナーなど、社会に出たときに役立つ経験ができたと思います。

一レポートはどんな風に書いていましたか？



活動後に反省点を話す時間があるんですけど、そこで話題にあがった内容をまとめたり、個人的に気になったことを書いていました。

最後にレポートを書くって分かっているので、なんとなく参加するんじゃなくて、これはレポートに書けるな...みたいに意識しながら活動すると、書く時に困らないと思います。

一活動をやっておわりではなく、レポートに残すことのメリットはありましたか？

レポートを書くことで、記憶に残りやすくなると思います。活動を思い出しながら書くので、今考えればこうだったな、と気づくことも増えると思います。自分の経験の引き出しを増やせると思います。

一交付された認定証は何かに活用する予定ですか？

大学の総合型入試で使いました。



一活動を通して、将来やりたいことは見つかりましたか？

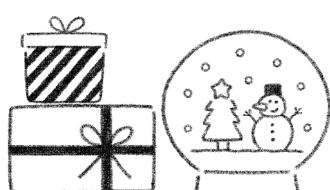


地域の子どもたちや保護者とたくさん関わる中で、地域の人と距離が近い仕事に就きたいと思うようになりました。

また、青森のことを、なんとなくいいところだな、くらいにしか思っていなかったのが、地域の人との関わりや、あおもり藍の活動(※)を通して青森の良さを知り、地域関係の仕事に就きたいきっかけになりました。

※地域ブランド「あおもり藍」の苗植えや収穫等のボランティア活動

大学でも、地域について
学んでいきたいです！



一スキルアップに取り組んでいる仲間や、これから始める高校生が 1歩踏み出せるようなアドバイスをお願いします！

やっておけば必ず自分の身になるので、ちょっとでも興味があるものはどんどん首を突っ込んでいった方がいいなって思いますね。経験値って大事だと思っているので、経験できるものから片っ端にやっていった方がいいかなって思います。

高木さん、インタビューにご協力いただきありがとうございました！

(令和7年12月18日 育成研修課取材)

