

日本キャリア開発協会

2024年度 年次報告書

JCDAのビジョン

キャリアカウンセリング機能を
社会システムとして具現化する

Contents

ごあいさつ	3
キャリア	
キャリアとは	4
JCDA の考えるキャリアカウンセリング	5
CDA（キャリア・デベロップメント・アドバイザー）	
日本のキャリア形成は CDA が担う	6
広がる「つながり」	7
沿革	
過去から現在、そして未来へ	8
キャリア支援の推進	
個人向けキャリア支援	10
企業・団体向けキャリア支援	11
キャリア教育・キャリアリテラシーの推進	
キャリア教育の推進	12
チェンジェージェントの輪を広げる	12
キャリアカウンセリングの普及・啓蒙活動	13
ウェルビーイングの推進	
治療と仕事の両立支援	14
りぼらプログラム	15
アドボカシー	15
専門家の輩出（資格試験など）	
キャリア支援の専門家の輩出	16
共に生きる	17
講座・セミナーの実施	
キャリアコンサルタント更新講習	18
スキルアップ研修	19
キャリアカウンセラーの指導者の育成	20
会員ネットワークと活動支援	
支部・地区活動ほか	22
ピアトレーニング	24
研究会・啓発交流会活動	25
会報誌『JCDA ジャーナル』	26
キャリアコミュニティ	27
Web・メール・SNS 等の活用	27
パートナーシップ	
可能性の扉を開く	28
キャリアカウンセリングを社会インフラに	
2024 年度のハイライト	30
2025 年度以降の活動方針	31

ごあいさつ



日本キャリア開発協会 (JCDA)
理事長

大原良夫

「内から外へ」というスローガンは、私が日本キャリア開発協会（JCDA）理事長に就任した際に掲げたものです。2000年の設立から18年が経過し、CDA会員が17,000人を超える中、キャリアカウンセリングの認知度不足や、会員がスキルを活かせる場を求める声に応えるために、能力を社会へ発信する新たな方向性を打ち出しました。能力開発（内）と能力発揮（外）は切り離せませんが、社会の中でキャリアカウンセラーの存在意義を証明したいという強い思いが込められています。

2018年のJCDA北海道大会で「内から外へ」を訴え続ける決意を表明し、最初の具体化として「全国一斉無料リアルキャリアカウンセリング」を計画しました。しかし、直後に新型コロナウイルスが世界を襲い、計画は大きく変更を迫られました。対面のイベントは困難となりましたが、「不安定な状況下だからこそ、自分の軸を見直して元気を取り戻してもらいたい」という思いから、「全国無料オンラインキャリアカウンセリング」を実施する決断をしました。全国の支部長と繰り返し議論を重ね、さまざまな課題を克服して、2020年から3年連続で実施し、計1,043名にご参加いただきました。

この取り組みは、「内から外へ」の精神をさらに広げるきっかけとなりました。会員の間で「地域社会に向けた活動をしたい」という声が増え、たとえば、がん患者のキャリア支援を目的とした「りぼら」や「リレー・フォー・ライフ」への参加などの活動が加速。日本対がん協会様との協働イベントは6年目を迎え、がん患者支援の意義を社会に発信する場として広がりを見せています。また、自己探索ツール「人生すごろく『金の糸』～golden thread～」を活用した取り組みも進展し、3年目となる「金の糸アワード」ではキャリアカウンセリングの価値を広く伝える発信活動が展開されています。

こうしたJCDAの大きな物語は、活動する会員一人ひとりの物語の結集です。それぞれの会員が、なぜ「内から外へ」の活動を選び、何を感じ、学び、どう社会に貢献しようとしているのか。この個々の物語こそが、キャリアカウンセリングの実践を通じて人生の意味を紡いでいるのです。

JCDAは今後も、会員が多様な分野で活躍できる場を創出し、キャリアカウンセリングを通じて「つながりの幸福」を実現していきます。「内から外へ」というスローガンは、私たちの活動とともに未来へ向けて成熟し続ける言葉です。今後ともご支援のほど何卒よろしく願いいたします。

キャリアとは

皆さんは、「キャリア」という言葉にどのようなイメージを抱くでしょうか？

キャリアを語るとき、多くの方は仕事における昇進や役職、職歴など、職業上の成果を思い浮かべるかもしれません。しかし、キャリアという言葉には、もっと広く豊かな意味が含まれています。

語源をたどると、キャリアはラテン語の「carraria」に由来し、これは「荷馬車の通り道」や「轍（わだち）」を意味します。このように、キャリアという言葉には、人がこれまでに歩んできた足跡や道のり、人生の遍歴を指す広い意味が込められています。そのため、キャリアは単なる職業的な地位や経歴だけでなく、個人の生涯や生活全般を見渡す視点を含むものと言えます。

日本キャリア開発協会（JCDA）では、キャリアを「人生そのもの」と捉えています。この考え方では、仕事に限らず、家庭や地域社会での役割、趣味や学びなど、人生のあらゆる側面をキャリアの一部と考えます。さらに、キャリアは外的キャリアと内的キャリアという二つの視点で捉えることができます。外的キャリアとは、職種や役職、業績など、履歴書や職務経歴書に表されるような客観的な側面を指します。一方、内的キャリアは、自分が働く理由や意味、価値観など、主観的で内面的な側面を示します。

内的キャリアを意識することは、働きがいや生きる意味を見つめ直すことにもつながります。人は「自分にとって何が大切か」「どのような人生を歩みたいか」を考えることで、自分らしい生き方を選び取ることができます。

キャリアは単なる仕事の延長線ではなく、人生そのものを表す言葉です。自分の価値観や生き方に向き合いながら、キャリアを豊かに育むことができれば、それは人生全体をより充実したものにしていけます。

外的キャリア

（他者から見える）

学歴、知識・スキル、地位、職歴、給料 など

内的キャリア

主観的（その人なりの）意味

仕事観、価値観、やりがい、意味づけ、
興味、使命感 など

JCDAの考えるキャリアカウンセリング

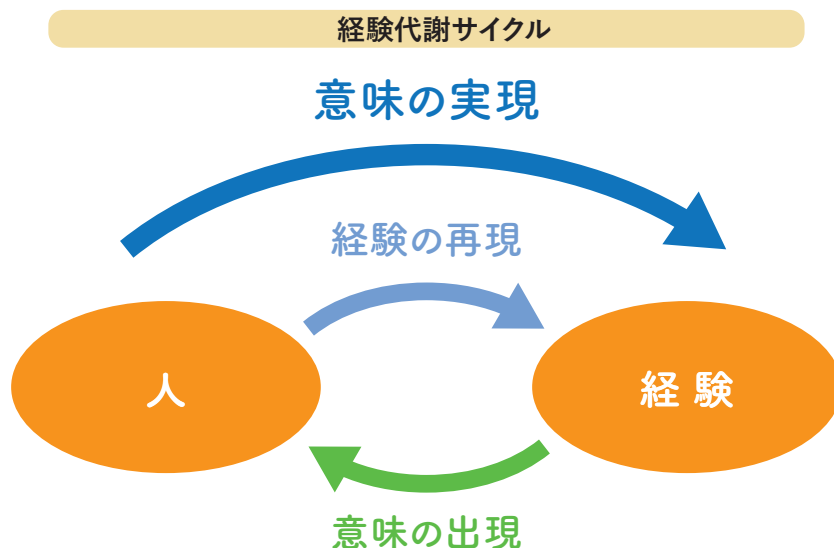
キャリアカウンセリングとは

JCDAは、「キャリアカウンセリング」を仕事の悩みや不安の解消にとどまらず、その人が自分らしく生きるための方向性を探求していく広い取り組みとして位置づけています。キャリアカウンセラーは、一人ひとりが持つ「ありたい自分」というエネルギーに着目し、相談者の経験や語りの中にある独自の意味やつながりを相談者とともに見出していきます。キャリアカウンセラーとの対話を通じて、相談者は自己理解を深め、自分らしい生き方や働き方を考えるきっかけを得るのです。JCDAのキャリアカウンセリングは、急場しのぎの問題解決策ではなく、人生全体を見据えた支援を提供し、相談者が自らのストーリーを築くための信頼できるパートナーとなることをめざしています。



経験代謝

JCDAが提唱する「経験代謝」とは、日々の経験を糧にする“学びの構造”を指します。人は、日々の出来事を通じて「自分はこうありたい」という内なるエネルギーを無意識のうちに感じ、考え、行動しています。経験代謝では、出来事を振り返り、その中に込められた感情や考えを内省し、「経験に映る自分を観る」というプロセスを経ることで、自己理解を深めます。そして、それが新たな行動や選択を生み出す力を育むのです。JCDAでは、キャリアカウンセリングの場を通じ、この経験代謝を促進することを重視しています。相談者が自らの人生を紡ぐ主体として、自分らしい働き方や生き方を見つけられるよう支援することで、より豊かなキャリアと人生の実現をサポートしています。



日本のキャリア形成はCDAが担う

CDAとは

CDA (キャリア・デベロップメント・アドバイザー : Career Development Adviser) は、JCDA が認定するキャリアカウンセリングの専門資格です。設立当初から更新制度を設け、専門家としての継続学習を推奨。これにより専門性向上を図り、活動の推進につなげています。CDAは「人は誰でも『ありたい自分』を持つ」という人間観に基づき、相談者の経験を振り返り、自己理解を深めることで、自分らしい生き方や働き方を見つける手助けをします。現在、約2万人のCDAが企業、教育機関、公共機関など幅広い場で活躍し、多様性を尊重する社会づくりに貢献しています。



<https://www.j-cda.jp/cda-qualification/work.php>

CDAの能力要件

CDAが習得すべき12の能力は、キャリア支援における包括的なスキルを網羅しています。基本スキルによる信頼関係の構築、特定のニーズを持つ人々への対応、倫理や法律の理解、キャリアデベロップメント理論の活用、労働市場情報の提供、求職活動やトレーニングの支援など、幅広い領域をカバー。また、プログ

ラムの管理・評価やサービスの普及・PRなど、個別支援を超えた影響力を持つ役割も求められます。これらの能力を通じて、CDAは多様な社会課題に対応し、相談者の人生の質を向上させる専門家として活躍します。



https://www.j-cda.jp/cda-qualification/12_ability.php

CDAの倫理基準

CDAの倫理基準は、キャリアカウンセリング業務の適正化と質の向上を目的に定められています。守秘義務や差別の禁止、相談者の人格尊重、合意の確立といった基本原則を重視し、倫理的・法的遵守を徹底。また、自己の能力を超える場合には専門家に相談し、

相談者の選択の自由を尊重することも求められます。これにより、CDAは相談者の信頼を守りつつ、社会全体に貢献する専門家としての役割を果たしています。



<https://www.j-cda.jp/cda-qualification/rinri.php>

CDAのキャリアプラン

CDA資格の取得者は、JCDAが提供する研修や実践の場を活用してスキルアップを図ります。具体的には、ウェルカムトレーニングやピアトレーニング、更新講習などを通じて知識や技能を深め、実践を重ねることで能力を磨きます。その先には、スーパーバイザ

ーやCDAインストラクターなど指導者として活躍する道や、企業や教育機関、公的機関などでのキャリアカウンセラー、独立キャリアカウンセラーとして活躍する道が広がります。

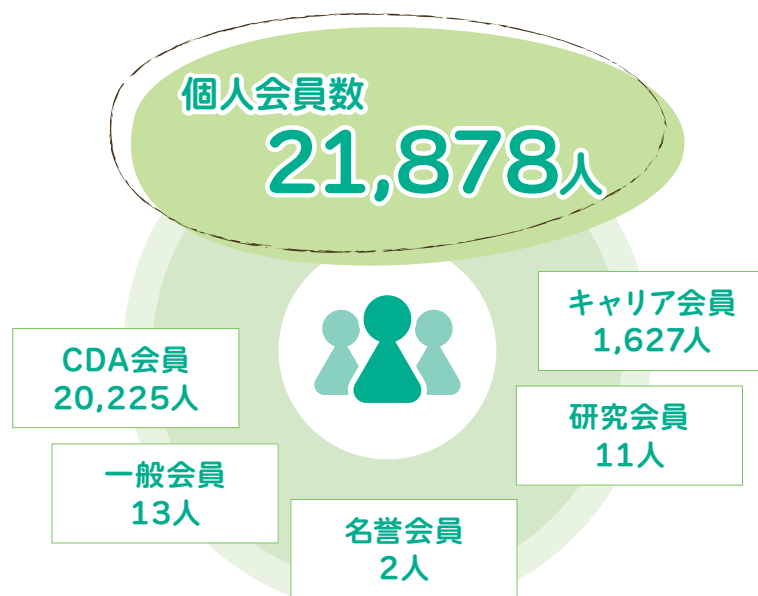


<https://www.j-cda.jp/cda-qualification/careerplan.php>

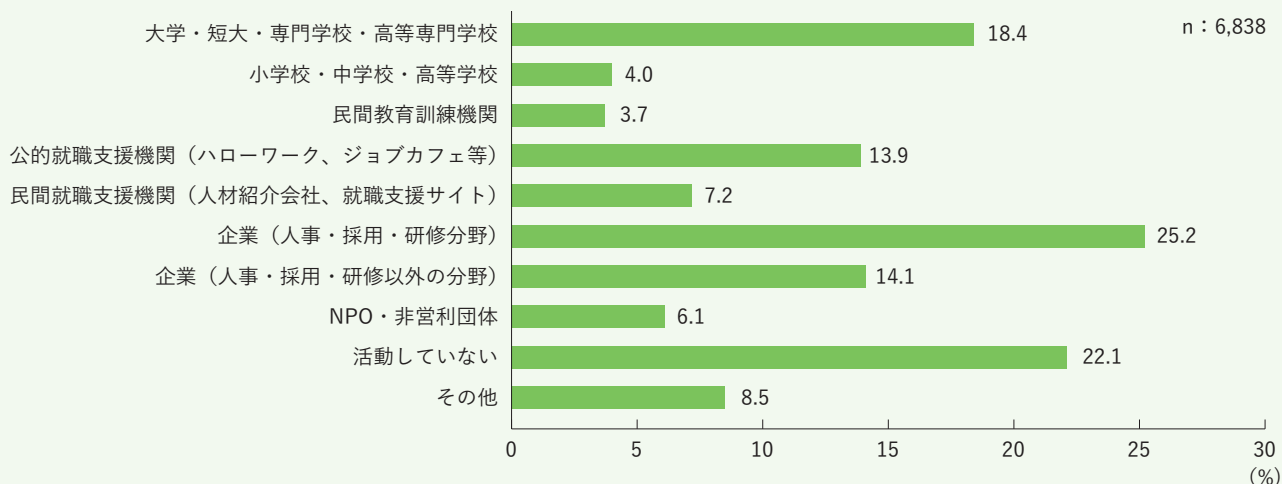
広がる「つながり」

会 員

JCDAの会員は、キャリアカウンセリングを軸とした専門家や実務者、教育機関関係者、企業担当者など、多様な分野で活動するメンバーで構成されています。会員は専門スキルの向上や最新情報の共有を通じて、個人や組織の成長を支援し、NPO法人として社会貢献に取り組むコミュニティの一員として活躍しています。



会員の活動領域 (複数回答)



グローバルな交流



<https://www.j-cda.jp/about/ncda.php>

●全米キャリア開発協会 (NCDA)

JCDAは、2000年の設立当初よりNCDAの支援を受け、キャリアカウンセリング分野の知識や実践を日本に導入してきました。NCDAが提供する最新の理論や実践に基づくリソースの活用や交流を通して、国際的な視点を取り入れた質の高いキャリア支援の普及に努めています。

●アジア地域での交流

JCDAは、アジア太平洋キャリア開発協会 (APCDA)とも積極的に交流し、地域特有の課題やトレンドに関する知見を共有しています。APCDAとの連携を通じて、アジア太平洋地域でのキャリア支援の発展と国際的なネットワーク構築に貢献しています。

グローバルページ

JCDAのグローバルサイトでは、活動内容や国際連携、最新情報を英語で紹介しています。詳細は <https://www.j-cda.org/> をご覧ください。



過去から現在、そして未来へ

(敬称略)

会報誌『JCDAジャーナル』で見るJCDAの歩み



発足以来、刊行を続ける『JCDA ジャーナル』。今に続く理念・組織・活動の歩みが見て取れます。

第37号



スーパーバイザー制度を立ち上げ

- スーパーバイザー制度の立ち上げについて
- 特別寄稿 中学生の健全育成とキャリア教育
- CDQ掲載論文 ハッパンスタンス学習理論(前編) ジョン・D・クルンボルト (2010年11月発行)

第44号



CDA会員1万人記念大会 東京ビッグサイトで開催

- JCDA大会5.12「つながろうCDA つなげよう社会へ」～共に生きる～
- CDQ掲載論文 年次報告書 キャリア・カウンセリングおよびデベロップメントの実践と研究 (2012年8月発行)

第55号



JCDA 15周年 表紙画に HIRONO さん

- 巻頭特集 JCDA 座談会「経験代謝」を理解する
- キャリア戦線アラカルト 大学キャリア支援センター 就職活動支援の現場から 時の洗礼に耐えたもの
- JCDA 全国支部長会議の開催 (2015年5月発行)

第65号



大原理事長、立野会長就任

- 巻頭特集 JCDA九州・沖縄大会 in 福岡2017
- 経験代謝レポート ～幸せの風は自己概念から、CDAがよからうモン～ (2017年11月発行)



第74号



JCDA20周年

- 理事長年頭所感「JCDA設立20周年を迎えて」
- シリーズ対談にNHKキャスター有馬嘉男氏 (2020年1月発行)

第87号



「金の糸アワード2022」の受賞者決定を報告

- 大学で自立的キャリアへの意識を育もう CDAスチューデント資格について
- キャリアカウンセラーの専門性と倫理を考える (2023年5月発行)

第92号



JCDA ジャーナル電子化

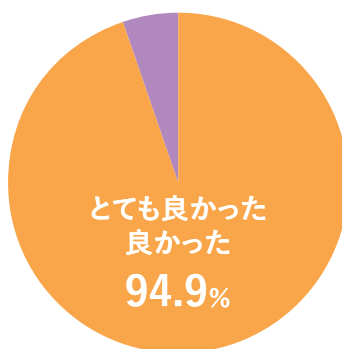
- シリーズ対談に厚生労働省キャリア形成支援室長・佐藤悦子氏
- 特別イベント「キャリアドック担当CDA公募前ガイダンス」 (2024年8月発行)

個人向けキャリア支援

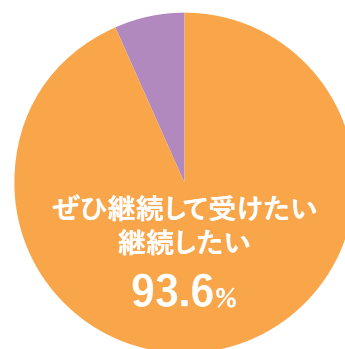
キャリアドック (キャリアの定期診断)

JCDAのキャリアドックは、人間ドックのように定期的に自身のキャリアを見直し、成長をサポートするプログラムです。オンラインにより実施し、特別にトレーニングを積んだCDAが「かかりつけの専門家」として寄り添いながら、強みや課題、ありたい姿を明確化。20年以上にわたるJCDAのノウハウを活用し、ライフラインチャートなどを通じて自己理解を深め、自分らしい生き方や社会とのかかわりを見直す場を提供します。働き方や人生の転機を迎える方、自分らしい未来を描きたい方に最適です。定期的なキャリア診断として、自身の経験を意味づけ、次の一步を考える大切な機会となります。

今回のキャリアドックは
いかがでしたか？



キャリアドックを今後も
継続して
受けたいですか？



<https://www.j-cda.jp/careerdock/>

キャリアカウンセリングルーム

JCDAのキャリアカウンセリングルームは、個人のキャリア形成や課題解決を支援するためのオンライン相談窓口です。専門のキャリアカウンセラーが、職業選択やキャリアチェンジ、働き方の見直しなど、多様なニーズに対応します。安心して相談できる環境で、経験豊富な担当CDAが内省を通じて自己概念を成長させ、相談者自身が新たな一步を踏み出せるようサポートします。

2024年度 実施実績
延べ336人

主な相談内容

- ◇職業選択：自分の価値観や興味を深く見つめ直し、適した職業やキャリアパスを探る
- ◇キャリアチェンジ：これまでの経験やスキルを内省し、新たなキャリアへの可能性を見出す
- ◇働き方の見直し：自分らしい働き方を考え直し、より充実したキャリアを構築する
- ◇キャリアビジョンの構築：自己理解を深め、未来の方向性や目標を明確にする
- ◇スキルアップ：自己概念の成長を基に、必要なスキルや学びを見極める
- ◇職場の人間関係：自分の役割や価値を再確認し、より良い関係を築くための方法を模索する
- ◇キャリアの停滞感：自己内省を通じて新たな視点を得て、前向きな行動を見つける
- ◇リタイアメントプラン：自分の人生観を振り返りながら、次のステージへの準備を進める



<https://www.j-cda.jp/your-own-career/ccr.php>

企業・団体向けキャリア支援

JCDA では企業・団体向けに、オーダーメイドでさまざまなプログラムを提供しています。



https://www.j-cda.jp/about/career-support/for_office.php

セルフ・キャリアドック

セルフ・キャリアドックは、厚生労働省が推進する、職場における体系的なキャリア支援制度です。企業内で定期的にキャリアコンサルティングやキャリア研修を実施することで、従業員が自身のキャリアについて主体的に考え、将来に向けての方向性を明確にしながらスキルアップを図ることを目的としています。個人の成長を促すと同時に、働きがいやエンゲージメントの向上にもつながる点が特徴です。

同制度の導入により、企業は人材の確保・活用だけ

でなく、従業員個々の能力や志向を把握し、個別性に応じた育成や配置を行いやすくなります。その結果、離職防止や職場定着の向上、さらには組織の生産性や競争力の強化にも寄与することが期待されます。また従業員にとっても、自身のキャリアを振り返り、将来像を描く時間を確保する機会となり、自律的なキャリア形成に向けた意識づけが可能となります。

持続可能な人材育成の実現に向けて、多くの企業に導入・定着が求められる制度となっています。



キャリアカウンセリング

キャリアカウンセリングは、従業員が内省を通じて自己理解を深め、自己概念を成長させながら、仕事やキャリアに主体的に取り組むことを支援します。専門のキャリアカウンセラーが個別相談を通じて、個人の成長と企業の発展、そしてより良い職場環境の実現をサポートします。

キャリア研修・ワークショップ

キャリア研修・ワークショップは、グループワークや対話を通じて、参加者が自ら考え、語る中で内省を深め、主体性や当事者意識を醸成する場です。一方的に知識やスキルを学ぶだけでなく、相互交流を通じて自己理解や新たな気づきを得ることを重視しています。このプロセスを通じて、個人の成長だけでなく、職場における協働や組織の活性化にもつながります。



スーパービジョン

JCDA では、社内にキャリア支援者を配置している組織に対し、スーパービジョンや研修を通じた支援を行っています。これにより、カウンセラーが専門性を高めるとともに、倫理的な側面を向上させ、質の高いキャリア支援を提供できるようサポートします。組織全体の人材育成や職場環境の向上にも寄与します。



キャリア教育の推進

CDA STUDENT

CDA STUDENT は、大学生が自らのキャリアを主体的に考え、キャリア教育の学習過程を経たことを証明する資格です。この資格では、学生が自己理解を深め、「ありたい自分」のエネルギーを原動力に、「内的キャリア＝その人なりの主観的な意味」を自覚し、それを感じながら「外的キャリア＝社会での役割や実績」を創り出すプロセスを支援します。資格取得者には、学びと成果を可視化するオープンバッジ（電子証明書）が発行され、就職活動やキャリア形成に活用可能です。CDA STUDENT は、学生が主体性をもって未来を切り拓くための第一歩を後押しする制度です。

CDA STUDENT 資格登録大学

大手前大学
群馬県立女子大学
国際コミュニケーション学部
沖縄女子短期大学 児童教育学科

100年のキャリアを豊かに育むための学びを大学生に



CDA STUDENT

JCDAの基準に該当する、履修科目を学生が修得することでキャリア形成の資格を認定するプログラム

CDA STUDENTは、大学のキャリア教育が学生のキャリア自律に貢献していることを証明する認定制度です。職業の適性を可視化することで、学生のキャリア形成を助押しし、カリキュラムが、社会で活躍する人材を育成している証明になります。資格の証明には、オープンバッジが発行されます。





大手前大学 坂本 理恵 先生
社会に必要とされる資質を身につけることで、創世に導かれています。この資格取得の証を証明して、人々の力を合わせ、まずは周囲の身近な環境をより良くしていく人物を輩出したいと思っています。



認定資格発行人
日本キャリア開発協会

詳細・お問い合わせは
CDA STUDENT
特設サイト





<https://www.j-cda.jp/cda-student/>

チェンジエージェントの輪を広げる

共に生きる ～私の世界、世界の私について～

「共に生きる ～私の世界、世界の私について～」は、4日間にわたるワークショップ形式のプログラムです。参加者は、これまでの経験を振り返り、ライフラインチャートなどを活用して経験代謝を促し、自分の価値観や「ありたい自分」を深く見つめ直します。また、環境や他者とのつながりを意識しながら、未来を創る主体としての意識を高めることをめざします。

プログラムでは、グループによる創造的なワークを通じ、多様なバックグラウンドを持つ参加者同士が対

話を重ねます。その中で視点や価値観を共有し、新たな気づきや可能性を発見。他者とのつながりを深め、共感や協働の力を育むことで、自分自身の成長と社会への関与を再考する機会を提供します。

このワークショップは、未来を創るチェンジエージェントとしての意識を醸成し、参加者が自らの役割を再発見することで、多様性を尊重し、つながりの中で共に生きる社会の実現に向けた一歩を踏み出す場となります。



https://www.j-cda.jp/event-lp/2023/live_together/

キャリアカウンセリングの普及・啓蒙活動

人生すごろく「金の糸」



「人生すごろく『金の糸』～golden thread～」は、小学校時代からの経験をグループで楽しく語り合いながら、「自分らしさ」や仲間の「その人らしさ」を共に考えることができる、すごろくゲーム形式の体験型ツールです。京都産業大学の学生たちが、自分の進路や自分らしさに悩む中で、「楽しく自己を見つめ直せる方法」を模索し原案を考案。それをJCDAが受け継ぎ、「金の糸」という名前で実現しました。

「金の糸」とは、自分の中にある「心の命」であり、「ありたい自分」をつなぐ大切なエネルギーを指します。過去の経験を語り合い、それを金の糸でつなぐプロセスを通じて、自分の価値観や未来への希望を再発見。語ることで自分の記憶や感情を呼び起こし、それを他者と共有する中で「つながり」や「自分らしさの発見」、そして「他者との違い」を深く実感することができます。

「人生すごろく『金の糸』」は、学校、企業、地域コミュニティなど、幅広い場面で活用されており、人生の意味や価値を振り返り、未来を創造するエネルギーを得る体験ツールとして高い評価を受けています。JCDAでは「無料体験ワークショップ」を開催し、「金の糸アワード」で優れた活用事例を表彰するなど、多くの人がこのツールを通じて新たな発見を得られる機会を提供しています。

ワークショップ参加者数

498人

2023年4月以降の累計



2024年度

「金の糸アワード」
エントリー数

58

【内訳】活動部門 30
企画部門 28



<https://www.j-cda.jp/goldenthread/>

治療と仕事の両立支援

JCDA は、全国で治療と仕事の両立を支援するプログラムを展開。無料相談やワークショップ、全国の労働局会議への参加を通じ、誰もが自分らしく働きやすい社会を推進します。

労働局主催の両立支援推進会議への参加

JCDA は、全国の労働局が主催する地域両立支援推進チームの構成メンバーとして、会議に参加しています。この会議は、治療と仕事を両立するための支援策や課題を共有し、地域ごとの状況に応じた具体的な取り組みを検討する場です。各県の両立支援推進メンバーとして選出された会員が参画し、キャリアカウンセラーとしての専門性を活かして支援体制の強化や働きやすい職場づくりを提案。生涯安心して働ける社会の実現をめざしています。



推進メンバーの発表の様子が佐賀労働局ウェブサイトに掲載されました

他団体との連携や対外活動の推進

●(公財)日本対がん協会とのパートナーシップ

JCDA は、日本対がん協会との強力なパートナーシップを通じ、がん経験者の支援に取り組んでいます。毎年6月には、同協会主催のジャパンキャンサーサバイバーズデイに、JCDA としてブース出展。11月には「働く世代のがん患者向けイベント～がんになった経験を社会に活かそう」を共催。また、休眠預金活用事業に採択された「りぼら (リハビリボランティア)」事業を展開し、キャリアカウンセラーが社会復帰を支援。安心して働ける未来を共に創造します。



ジャパンキャンサーサバイバーズデイ 2024 に参加

●リレー・フォー・ライフへの参加

「がん患者は24時間、がんと向き合っている」という思いを共有し、共に歩き、語らうことで生きる勇気と希望を生み出そうという支援に賛同した CDA 会員が活動に参加しています。リレー・フォー・ライフは、(公財)日本対がん協会が主催するイベントで、全国各地で開催されています。



長崎の有志 CDA によるリレー・フォー・ライフ 2024 参加



りぼらプログラム

JCDAは「りぼら（リハビリボランティア）」を通じ、がんなどの疾患の経験者の社会復帰に伴う不安や課題をCDAが伴走しながら共に取り組む、新たな支援の形を提案しています。

●オンライン30分無料相談

JCDAの「オンライン無料相談」は、キャリアカウンセラーが、治療と仕事の両立や職場復帰に関する悩みに寄り添い、気軽に相談できる場を提供します。事前予約制で、安心してご利用いただけます。

 <https://www.j-cda.jp/about/hatarakikata/counseling.php>



●企業向けプログラム

治療と仕事の両立の啓発、理解促進のためのワークショップや、患者向けプログラムへの「しごと体験」の提供、伴走を通じて、参加企業が職場での受け入れ体制や支援の仕組みを実践的に学べる機会を提供します。患者への伴走経験が豊富なキャリアカウンセラーが、職場環境の整備・改善を支援します。

 <https://www.j-cda.jp/ribora/for-company/>



●患者向けプログラム

～オンライン茶話会&キャリアカウンセリング～

がんなどの疾患の経験者が少人数で交流し、日々の思いや悩みを共有できる場です。治療と仕事の両立支援の経験が豊富なキャリアカウンセラーがファシリテーターを務め、安心して話せる環境で新たな気づきや仲間とのつながりを育む機会を提供します。

希望や状況に応じ、3回の無料キャリアカウンセリングと組み合わせてご利用いただけます。



 <https://www.j-cda.jp/ribora/for-patient/>



 https://www.j-cda.jp/ribora/event_cat/for-patient/



アドボカシー

JCDAは、キャリアカウンセラーの専門性を活かし、多様な場面での社会課題解決や支援活動に取り組み、事業を通してより良い社会づくりをめざしています。

●会報誌での対談

会報誌『JCDAジャーナル』やウェブサイトを通じて、社会課題に取り組む専門家とJCDA理事長との対談記事を公開しています。この活動を通じて、社会の多様な視点を広め、キャリア支援の可能性をより多くの人に発信しています。

 <https://www.j-cda.jp/blog>



●更新講習の実施

JCDAは、国家資格キャリアコンサルタントの更新講習を通じ、多様な状況に置かれた方々を支援するためのスキルや知識を有資格者に提供しています。支援者自身が成長し、「困難を抱える方々の力になりたい」という思いを実現するための大切な学びです。

 https://www.j-cda.jp/seminar_cat/consultant



●研究会、啓発交流会

会員によって構成される研究会や啓発交流会を通じて、社会課題に対する調査研究や提言活動を行っています。会員同士が交流と相互研鑽を重ねながら、学びを深め、その成果を社会や会員に向けて発信しています。

 <https://www.j-cda.jp/branch/what-is-a-workshop.php>



●イベントの実施

JCDAは、一般の方が気軽に参加できるシンポジウムやセミナー、ワークショップも開催しています。テーマごとに興味や関心を持った方々が集い、新しい学びや対話の機会を創ることもCDAの重要な役割です。最新情報は下記ウェブページでご確認いただけます。

 <https://www.j-cda.jp/news.php>



キャリア支援の専門家の輩出

JCDAは、国家資格キャリアコンサルタントの登録試験機関として、厚生労働省の認可を受け、キャリア支援の専門家を輩出しています。

国家資格キャリアコンサルタント

2016年の職業能力開発促進法の改定により、名称独占の専門資格「国家資格キャリアコンサルタント」が誕生しました。キャリアコンサルタントは、労働者や求職者、学生などが自らのキャリアの可能性を発見しながら適切な選択ができるよう支援する専門家です。キャリア形成支援の質を向上させ、多様なキャリアの実現を支援する役割を担っています。資格取得者は企業、教育機関、行政機関などさまざまな領域で活躍しています。

第26～28回実受験者数

5,188人

第1回からの累計合格者数

学科合格者数 29,411人

実技合格者数 28,860人



<https://www.jcda-careerex.org/>



厚生労働省「キャリアコンサルタントになりたい方へ」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/jinzaikaihatsu/career_consultant01.html

キャリアカウンセラー（CDA）

CDA（キャリア・デベロップメント・アドバイザー）は、2000年に誕生したJCDA認定のキャリア支援専門資格で、現在全国で約2万人が活動しています。「ありたい自分」を軸に、一人ひとりの人生の物語を尊重し、その人が大切にしている価値観や方向性を見つけながら、周囲や環境とのより良い相互作用を生む成長を支援します。CDAは、相談者と共に未来を描き、多様性を尊重しながら、つながりと共生社会の実現に貢献する資格です。



2024年度

新規CDA認定者数

942人

資格更新者数

2,162人

2000年からの累計認定者数

29,058人

共に生きる

社会の仕組みは「共に生きる」が基本です。これはスローガンではなく、人間性に根ざした自然な在り様です。

「共に生きる」は、競争を排除するものではありません。競争は困難を乗り越え、能力を獲得する原動力。しかし他者を打ち負かす為の競争は、やがて社会にひずみを生み、勝者もその負担を負わなければなりません。

人間誰しも求めることは「受け入れられる」こと。されたくないのは「排除される」ことです。「受け入れる」ことが「受け入れられる」ことでもあり、「排除する」ことが「排除される」ことにつながります。「共に生きる」前提は、他者を受け入れ、他者に受け入れられることです。

一人の人間の心の中にも嫌いな自分、認めたくない自分など「受け入れがたい」自分が潜んでいます。しかし、そんな「自分」も「受け入れられる」ことを望んでいます。「受け入れがたい」他者は、「受け入れがたい自分」の他者に映った自分の影かもしれません。「受け入れがたい」自分を「受け入れる」ことは、「受け入れがたい」他者を「受け入れる」ことに繋がります。社会の仕組みと同様に、一人の人間としても「共に生きる」が基本です。

人も、お金も、情報も国境を越えて様々な国の様々な人に伝わります。経済をはじめとした様々な社会活動は、その国一国で完結されるものではありません。アジアの国々と「共に生きる」日本、世界の国々と「共に生きる」日本であり、お互いに支えあい、受け入れあい、共に生きる時代です。

若者が人口の大半を占めた時代、地位の上昇、収入の増大、ものに囲まれた豊かな暮らしが幸せを保証すると思えた時代でもありました。

現在日本では65歳以上人口が全体の23%、ほぼ4人に1人が65歳以上です。超高齢化社会がすぐそこにやってきました。(注：2012年当時)

国の安全が保たれ、医療が進歩し、食料の心配が少なくなれば、日本に限らず、その国はやがて高齢化の道をたどることになります。いきおい社会福祉の費用が増大し、かつての生産性を維持できなくなるかもしれません。

かつて世界中どここの国も経験しなかったこの超高齢化社会の中で幸福に暮らせるための仕組みやライフスタイルを受け入れ、「共に生きる」社会を実現したいと考えます。

キャリアカウンセリングとは何か。それは「共に生きる」社会を実現することではないかと考えます。

日本キャリア開発協会 会長 **立野 了嗣**

上記は、2012年5月に行われたJCDA主催イベント「CDA 会員一人達成記念大会」において、大会スローガン「共に生きる」に寄せたJCDA理事長（当時）の文章です。

キャリアコンサルタント更新講習

国家資格キャリアコンサルタントは登録を継続するために5年ごとの更新が必要です。更新には、知識講習（8時間以上）と技能講習（30時間以上）の受講が求められます。JCDAの更新講習は、厚生労働省のガイドラインに則り、JCDAが普及しようとするキャリアカウンセリングの考え方を軸に構成されています。知識講習は通信講座で年8回（定員420名）、技能講習は対面やオンラインで全26種類を用意し、毎月40～50講習を開催。キャリアカウンセラー自身の成長を促し、実践に役立つ考え方とスキルの習得をめざしています。



2024年度 開催講習数
582

2024年度 受講者数
12,488人



https://www.j-cda.jp/seminar_cat/consultant



<https://www.j-cda.jp/pdf/seminar-schedule.pdf>

2024年度の研修テーマ（一部を抜粋）

- 知識講習
- 技能講習（カウンセリング）①（入門編）キャリアカウンセリングのメカニズムと条件
- 技能講習（カウンセリング）②（中級編）キャリアコンサルタントの意図性
- 技能講習（カウンセリング）⑤ジョン・D・クルンボルツの理論を活用したアプローチ
- 技能講習（カウンセリング）⑦認知行動療法のキャリアコンサルティングへの活用（3日間）
- 技能講習（カウンセリング）⑧自己理解支援ツールの体験とアプローチの習得 A <すごろくゲーム・学生版の活用>
- 技能講習（カウンセリング）⑫ケース演習<組織における個人の成長>
- 技能講習（カウンセリング）⑬ケース演習<働く人の心理学>
- 技能講習（カウンセリング）⑮セルフ・キャリアドック制度【実践演習】
- 技能講習（グループ）①キャリアコンサルタントとしてのグループファシリテーション
- 技能講習（グループ）②キャリア開発研修体験とファシリテーション（2日間）
- 技能講習（グループ）③組織内キャリア形成
- 技能講習（アセスメントツール）ポータブルスキル見える化ツールを活用したキャリア形成支援
- 技能講習（対象別キャリアコンサルティング）③キャリアコンサルタントに求められる多様な性（LGBT等/SOGI）の理解と対応
- 技能講習（対象別キャリアコンサルティング）④キャリアコンサルタントに求められる仕事とがん治療の両立支援
- 技能講習（対象別キャリアコンサルティング）⑥心のバリアフリーと共生社会の実現に向けたキャリア形成支援～発達障害と人間の多様性から考える～
- 技能講習（対象別キャリアコンサルティング）⑦就職活動を通じた学生のキャリア形成支援（3日間）

スキルアップ研修

JCDAのスキルアップ研修は、JCDAが普及しようとするキャリアカウンセリングの考え方を軸に、動画視聴やグループワーク、ロールプレイング、スーパービジョンなど多彩な学びを提供します。参加者は、自身の興味や目的に応じて、キャリアカウンセリングの進め方やスキルを深めることができます。さらに、「人生すごろく『金の糸』」の活用について学ぶ研修も実施。キャリア支援に携わる方、資格取得をめざす方、キャリアカウンセリングを学びたい方など、幅広いニーズに応える内容で構成されています。



2024年度 開催講習数
24

2024年度 受講者数
1,059人



https://www.j-cda.jp/seminar_cat/skill-up

2024年度の研修テーマ（一部を抜粋）

- キャリアカウンセリング・トレーニング 理論編
～キャリアカウンセリングとは何かについて学ぶ 2時間の通信講座～
- キャリアカウンセリング・トレーニング理論編 Part2
～事例を通じて自己概念の成長を考える 2時間の通信講座～
- キャリアカウンセリング実践編
～逐語録作成&スーパービジョンを3回実施、8カ月間にわたり学びを深める～
- 事例で学び直すキャリアカウンセリング Part 1
～相談者との関わりを具体的な事例を通して学ぶオンライン講座～
- 事例で学び直すキャリアカウンセリング Part2
～相談者の悩みへの関わりを事例を通して学ぶオンライン講座～
- 人生すごろく『金の糸』を活用したキャリア形成支援の導入
～組織内キャリア形成や、各領域におけるキャリア形成支援としての活用～
- 理事長特別ワークショップ 大原私家版「金の糸」
～「自伝的記憶」「時間展望」「語り」というテーマを学習し、「金の糸」の魅力をより深く理解する～
- サビカスの理論Ⅰ
～「キャリアコンストラクションインタビュー」の進め方をデモンストレーションにて解説&ペア実習～
- サビカスの理論Ⅱ
～最新の「ライフデザイン・カウンセリング」、「キャリアアダプタビリティ」について講義とケース研究により学ぶ～

キャリアカウンセラーの指導者の育成

JCDAは、CDAやキャリアコンサルタントの指導者を育成し、専門性と倫理を兼ね備えた支援者を多様な領域で増やすことで、キャリア支援の質を高めています。

指導者候補養成講座

CDAやキャリアコンサルタントの指導者をめざす方を対象に、経験代謝を軸としたケース概念化能力、キャリアカウンセリングの知識・技能、自己認識力の3大必須能力を養成します。半年間のプログラムでは、集合研修6日間に加え、キャリアカウンセリングとスーパービジョンの個別サポート(各2回)を実施。受講者は、指導者として必要な技能だけでなく、自己理解の深化や学び合える仲間とのつながりも得られます。

2024年度 受講者数 **32人**
累計受講者数 **376人**



https://www.j-cda.jp/seminar/leadership/seminar_review_si01-php.php

●2024年度の実施実績

- 第51回 2024年5月11日(土)・12日(日) 6月15日(土)・16日(日) 8月31日(土)・9月1日(日)
- 第52回 2024年6月1日(土)・2日(日) 7月27日(土)・28日(日) 10月19日(土)・20日(日)
- 第53回 2024年8月24日(土)・25日(日) 9月21日(土)・22日(日) 12月14日(土)・15日(日)
- 第54回 2024年10月5日(土)・6日(日) 11月16日(土)・17日(日) 2025年2月8日(土)・9日(日)
- 第55回 2024年11月26日(火)・27日(水) 12月10日(火)・17日(火) 2025年3月4日(火)・11日(火)

指導者候補養成講座マスター

指導者として必要な専門性をさらに深め、相談者の自己概念の成長を構造で捉える視点や、自身の事例で自己概念の成長を伝える力を習得する4日間の講座です。逐語録やロールプレイを通じて、実践力を磨きたい方、「指導者候補養成講座」を修了した方におすすめです。

2024年度 受講者数 **27人**
累計受講者数 **87人**



https://www.j-cda.jp/seminar/leadership/seminar_review_si02.php

●2024年度の実施実績

- 第11回 2024年4月27日(土)・28日(日) 6月8日(土)・9日(日)
- 第12回 2024年7月6日(土)・7日(日) 8月17日(土)・18日(日)
- 第13回 2024年9月15日(日)・16日(月祝) 10月26日(土)・27日(日)
- 第14回 2024年10月23日(水)・30日(水) 12月4日(水)・18日(水)
- 第15回 2025年1月18日(土)・19日(日) 3月1日(土)・2日(日)



JCDA認定CDAインストラクター養成講座

CDA養成講座を運営するインストラクターを育成する3ヵ月間のプログラムです（9日間の集合研修と認定試験を含む）。グループワーク、ロールプレイ、逐語録の実習、模擬講座の実演を通じて、経験代謝を軸にしたキャリアカウンセリングの実践力と指導スキルを習得します。受講者は、自己概念の成長や社会成熟を促す指導者としての役割を担うための能力を磨き、認定試験合格後はインストラクターとして活躍が可能です。

JCDA認定
CDAインストラクター
53人



https://www.j-cda.jp/seminar/leadership/seminar_review_in01.php

●2024年度の実施実績 第38回JCDA認定CDAインストラクター養成講座 2025年1月開講

JCDA認定スーパーバイザー養成講座

企業、教育機関、需給調整機関など、さまざまな現場で活動するキャリアカウンセラーを支援・指導する専門家を育成する8ヵ月間のプログラムです。集合研修12日間や実習、自宅学習を通じて、経験代謝を軸にしたキャリアカウンセリングのスーパービジョン実践力に加え、指導者としての倫理や社会的役割を習得します。全米キャリア開発協会（NCDA）との提携で設計され、修了者にはNCDAの修了証が発行されます。認定試験合格後は、地域での支援や指導者として活躍が期待されます。

JCDA認定
スーパーバイザー
23人
(2025年4月末時点)



https://www.j-cda.jp/seminar/leadership/seminar_review_sv01.php

●2024年度の実施実績 第29回・第30回JCDA認定スーパーバイザー養成講座 2024年9月開講

プレミアムセミナー「生きる真髄【経験代謝】で人生を切り拓く」

JCDAの「プレミアムセミナー」は、自己概念の成長を促し、「ありたい自分」を見つめ直すかけがえない機会を提供する特別なプログラムです。4日間の集合研修では、金の糸ワークやライフチャート記入、グループでの経験の語り合い、個別キャリアカウンセリングを通じて、これまでの人生の道のりを深く味わい、仲間の人生から新たな気づきを得ます。さらに、

半年間にわたり日常の経験を振り返り、成長の方向性を明確化します。このセミナーは、指導者をめざす方にとっても重要な学びの場です。自己概念の成長を自ら体験し、それを相談者や支援者に伝える力を養うことで、当事者意識を共有しながら、キャリア支援を通じた社会成熟の実現に貢献します。



https://www.j-cda.jp/seminar/leadership/seminar_review_pr01-php.php

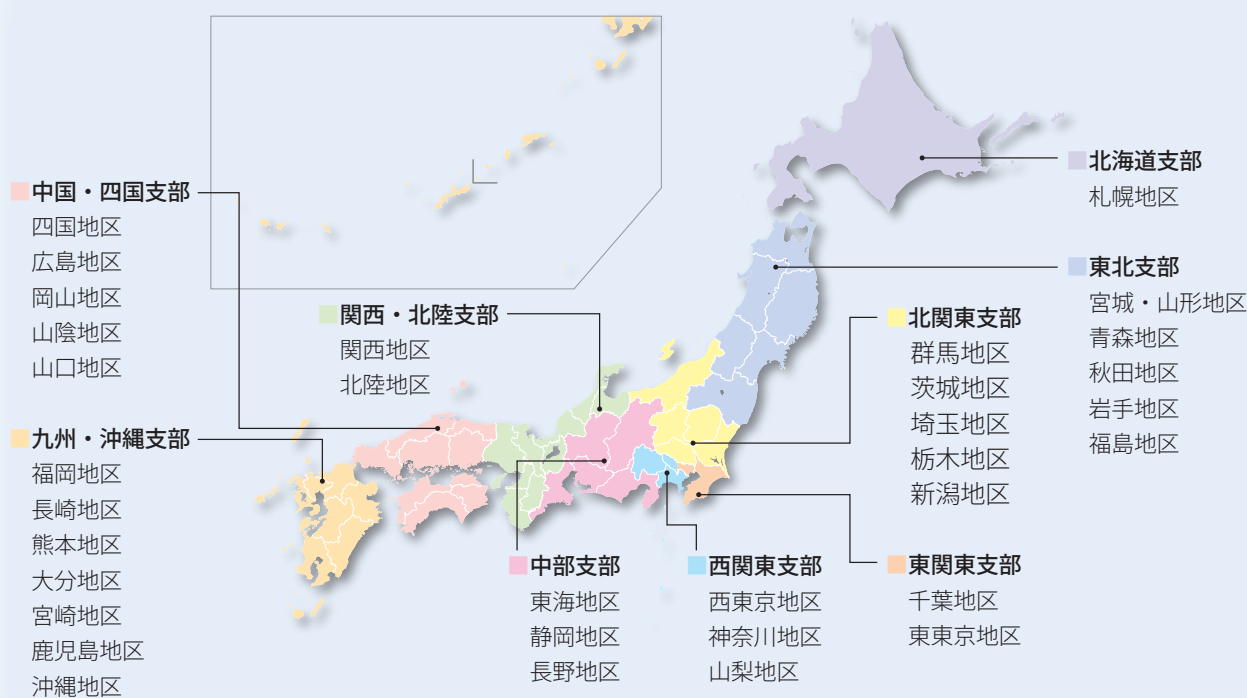
●2024年度の実施実績 プレミアムセミナー 2025年2月9日(日)・16日(日)、3月2日(日)<フォロー2025年7月6日(日)>

JCDAの指導者の養成体系図



支部・地区活動ほか

JCDA 会員は、全国9支部・33地区のネットワークを通じ、仲間と学び合いながら、キャリアカウンセリングで社会貢献をめざし、ボランティアで企画・運営を行っています。



●設置目的

全国に広がる会員のつながりを活かして、キャリア支援の情報交換や能力向上、相互研鑽、親睦活動などを積極的に推進するために設置されています。

●活動概要

支部会・地区会では、ウェルカムトレーニングや研鑽のためのピアトレーニング、専門講師による勉強会、地域イベントの開催などを通じてCDAの活動を推進しています。



活動推進のための施策

JCDAでは、支部・地区活動を支援するため「支部・地区運営ハンドブック」を発行し、活動支援費用としてカフェテリアプランを導入。運営費や講師料、オンラインツールの利用料などに利用できる予算を支給し、活動の円滑な推進をサポートしています。

支部の活動

北海道支部

北海道支部では、「私たちキャリアカウセラーのため、また、いつか出会う相談者のため、更なるキャリアアカウンティングのスキルアップ、質の向上を目指し、共に学びましょう。」をモットーに、2024年度は、ピアトレを中心に8回の地区会を開催し経験代謝の学びを深めました。

東北支部

東北支部は広大な面積であることも特徴で、5つの地区・1,000人弱の会員で構成されています。2024年度も、支部長・地区長・各地区の幹事が工夫を凝らした企画を展開してきましたが、温かで緩やかな繋がりを大事にしながら運営しています。

北関東支部

2024年度、北関東支部内では地区会の開催が60回を超えました。各地区の地区長と運営メンバーの皆さんの工夫の賜物でございます。ありがとうございます。

2025年度も工夫を凝らした地区会が開催されますので、ぜひご参加ください。

東関東支部

東関東支部は会員数が2,650名以上となり、全国で3番目に会員数が多い支部になります。活動としては対面での勉強会（講演など）のほか、オンラインでのピアトレを実施し、毎月活動しております。参加者の方々からは非常にアットホームな雰囲気であるという声もいただいております。他支部地区からの参加もしやすいことが大きな特徴だと思っています。



西関東支部

「継続的な学びと、ネットワーク作りに向けての場の提供」をモットーに、各地区の幹事組織を中心に地区会、勉強会を企画開催しています。2024年度は計36回開催しました。ウェルカムイベントは参加者から次回幹事を募る方式で毎回趣向を凝らした内容になっています。

中部支部

中部支部は、毎月どこかの地区にて、オンライン開催も含めピアトレーニングや講演会など、工夫したイベントを開催しています。CDA会員同士だからこそ、率直な学びと交流から生まれるさまざまな「つながり」で、皆さんを応援していきたいと考えています。

関西・北陸支部

関西、北陸両地区、2府7県からなる当支部は、大震災により深く傷つきました。けれど、そこから学び、つながりのしあわせに向け活発に行動しています。会長便り勉強会やピアトレの定期開催、ハイブリッドの推進など支部内外で広く深く、学ぶ機会を創っています。

中国・四国支部

2024年度はJCDAがめざす「内から外へ」の体制づくりに各地区が奔走、いよいよ整ってきた感があります。キャリア形成を担う私たちが「まずはつながることができる場」が必要です。各地の特色を活かした地区会運営をさらに前進させた「コラボ企画」も検討中です。

九州・沖縄支部

「自分の中にある“ありたい自分”が人をつなぎ、場をつくり、未来をつくる」を支部のモットーとして、本年度に1,700人を超えました。ウェルカムトレーニングは支部が主催し、各地区の幹事が運営に参加することで、ノウハウを共有し交流を図っています。

ピアトレーニング

ピアトレーニングは、会員同士が気軽に集い、主体的に学び合える特別な場です。認定ピアファシリテーターの進行で、経験代謝をベースとしたキャリアカウンセリングの実践力を高め、仲間とともに成長しながら新たな視点や気づきを得られます。

●ピアトレーニングとは

ピアトレーニングは、同じ目的を持つ仲間(peer)がキャリアカウンセリングを共に学ぶ場で、次の3つのプログラムがあります。全国で開催され、JCDA会員は無料で気軽に何回でも参加できます。

経験代謝ピアトレーニング

経験代謝の概念から、『経験の再現』を意識したロールプレイングを中心にしたプログラムです。相談者の自己概念の成長へ向けて、悩み(ゆらぎ)に着目し『経験の再現』の観点でロールプレイングを振り返ります。【いまここ】にいる相談者に焦点を当てて経験を再現し、CDAにとってそのロールプレイングがどのような経験だったかを学びます。

ピアワークショップ

自分が行ったキャリアカウンセリングの事例を仲間と共有して、情報交換もしながら、CDAとしての自分を見て(関わりや自己概念)、気になる点を振り返っていきます。単に事例を検討するだけではなく、自身が担当したケースを通して、自分自身、また自分の関わりを見つめることが特徴です。

金の糸ピアトレーニング

「人生すごろく『金の糸』」を行い、小学校時代の好きな教科や思い出に残る行事など、グループの中で経験を語ることを通じて、【キャリアカウンセリングの本質を体験】することができ、キャリアカウンセラーとしての自身の成長やキャリアカウンセリングの構造を体験から理解します。

●ピアトレーニングの特徴

JCDA認定のピアファシリテーター(PF)が進行役を務める少人数制の学びの場。PFは参加者自身の気づきを促したり、相互理解を深めたりするための促進者です。参加者全員が主体的に関わり、安心安全の場でキャリアカウンセリングについて学び合います。

2024年度
ピアトレーニング
実施回数 258回
参加人数 3,664人(延べ)

ピアファシリテーター制度

ピアファシリテーター(PF)はオーディションに合格したCDA会員で、無償のボランティアとして活動しています。養成研修でトレーニングを受け、ピアトレーニングで実践力を磨き、ブラッシュアップ研修を通じてスキルアップを図っています。また、ピアファシリテーターアドバイザー(PFA)はPFの成長支援や活動のバックアップに貢献しています。

2024年度
PF・PFA認定者数
PF 72人
PFA 33人

研究会・啓発交流会活動

研究会とは

研究会は、各グループが設定した研究テーマに対して、情報を収集し、分析・検証した上で結論を導出し、広く社会に対して提言していく活動です。
※現在は活動休止中です

●研究会の概要

研究会では、会員が企業や地域、教育現場での課題を深掘りし、新たな支援方法や視点を模索しています。多様なテーマのもと、経験代謝を活用した実践的な検討や、最新情報の共有を行い、得られた成果を報告書や提言を通じて社会に還元していきます。



<https://www.j-cda.jp/branch/research.php#S1>

啓発交流会とは

啓発交流会は、JCDA 会員限定の勉強会・交流会形式の場で、テーマに沿った相互研鑽を通じて学びを深め、成果を共有する活動です。

●啓発交流会の概要

2024年度、JCDA が主催する啓発交流会では、9つの会が多様なテーマで勉強会を開催し、会員同士の相互研鑽が活発に行われました。

各会では、参加者が専門的な知識を学びつつ、キャリア支援における課題や可能性を議論し、学びを成果として共有しました。オンラインと対面形式を組み合わせた柔軟な開催により、全国の会員が積極的に参加し、キャリアカウンセリングの新たな価値創造につながる場となっています。



●2024年度の啓発交流会

- E01_ 企業キャリア啓発交流会@名古屋
- E04_ 障害のある方へのキャリア支援啓発交流会
- E07_ セカンドキャリアのためのキャリアコンの支援とその啓発
- E09_ GCC (グローバル・グループ・キャリア・コンサルティング) 啓発交流会
- E13_ 企業人キャリア啓発交流会@ ZOOM
- E15_ 学生支援を経験代謝で考える会
- E16_ キャリア開発と日常と地域社会をつなぐ会
- E18_ デジタル時代のキャリアコンサルティング
- E19_ キャリア教育と CDA



https://www.j-cda.jp/branch/research_news.php

活動推進のための施策

各研究会や啓発交流会では、座長がリーダーシップを発揮し、メンバーとの交流を深めながら議論を活発化。JCDA はウェブサイトやメール配信を通じて、会員の知見を全国に広げ、キャリアカウンセラーとして社会課題への貢献を模索しています。

会報誌『JCDAジャーナル』

『JCDA ジャーナル』はJCDA 会員向けの機関紙です。キャリアカウンセリングをめぐる知見を広げ考察を深めることによって、自身を見つめ直し、実践の場やスキル研鑽などに役立ててもらおうことを発行目的としています。2000年の創刊準備号から20年以上にわたって刊行を続けています。

2024年度の発行実績



91号 (2024年5月発行) の主な記事

【対談】自己理解と知識を得て初めて多様な人の支援ができる (大妻女子大学 専任講師 三好 真× JCDA 理事長) ◆ JCDA 会員向けアンケート調査結果報告 ◆ キャリア教育をリードする CDA ◆ CDA STUDENT 導入事例 【誌上講座】キャリアカウンセラーの倫理/若年者の就労問題・就労支援/キャリアカウンセリングのこんな場合どうする?/キャリアとメンタルヘルスの統合的支援 ◆ 「研究会」成果報告



92号 (2024年8月発行) の主な記事

【対談】ますます期待の高まるキャリアコン 自己研鑽を自信に変えて活躍を (厚生労働省 キャリア形成支援室長 佐藤悦子× JCDA 理事長) ◆ キャリアドック担当 CDA 公募前ガイダンス ◆ 高校生キャリア支援と CDA 【誌上講座】倫理/若年者/こんな場合どうする? など ◆ 支部・地区活動レポート ◆ 海外イベント開催報告 ◆ NCDA『CDQ』掲載論文 ◆ ACTION「内から外へ」仕事と治療の両立支援



93号 (2024年11月発行) の主な記事

【対談】LGBTQのことを知って環境調整の役割を担ってほしい (NPO 法人 ReBit 代表理事 薬師実芳× JCDA 理事長) ◆ 誌上研修～キャリアドック担当 CDA をめざす方へ ◆ 注目の新プログラム「就職活動を通じた学生のキャリア形成支援」 ◆ CDA インタビュー～資格取得の経緯と活用 ◆ 「金の糸アワード」にエントリーしてみよう 【誌上講座】倫理/若年者/こんな場合どうする? など ◆ 著作本紹介



94号 (2025年1月発行) の主な記事

【年頭所感】JCDA 理事長 大原良夫/ JCDA 会長 立野了嗣 【対談】CDA は越境学習の入り口に最適 シニアはやりたいことを自由に (法政大学大学院 教授 石山恒貴× JCDA 理事長) ◆ 担当者が語る「物語ワークショップ」 ◆ CDA STUDENT 資格シンポジウム 【誌上講座】こんな場合どうする?/キャリアとメンタルヘルスの統合的支援など ◆ 支部地区合同会議 ◆ 女性管理職を応援するリーダーシップ研修

デジタル化および一般公開への移行

従来より紙媒体として印刷してきた『JCDA ジャーナル』は、電子媒体の発達および会員からの要望を受け、92号からデジタル化しました。また、一部の記事をウェブサイトなどで一般公開することで、社会へのさらなる認知度向上を図っています。

キャリアコミュニティ

JCDA は、会員からなるコミュニティのありたい姿を「人の可能性を信じるヒューマン・ウェブ」と名付け、その活性化とウイングを広げていくためのさまざまな活動を行っています。

物語ワークショップ

オンラインで開催される物語ワークショップは、会員が自身のキャリアを描きつつ、相互につながりをつくる場です。

●2024年度の実施実績

- 「人の可能性を信じるヒューマン・ウェブ」(CDA 松本文美子様) (6月30日)
- 「人の可能性を信じるヒューマン・ウェブ」(CDA 松園あかね様) (9月23日)
- 「『ケア』を通してのCDAの自己成長」(臨床心理士

2024年度 参加者数
403人

水戸部賀津子様) (1月19日)

- 「シニアの生き方を考える」(マイナビミドルシニア編集長 三好裕様/ユースキャリア研究所代表 高橋浩様) (3月30日)

キャリアドック特別イベント

キャリアドックの普及・推進に関心を持つメンバーの学習やモチベーション向上の機会を設けています。一般向けイベントも併せて開催しています。

●2024年度の実施実績

- キャリアドック担当CDA 公募前ガイダンス (4月6日)
- Part.2 (同一内容2回開催) (6月29日/7月15日)

2024年度 参加者数
585人

- 2024年の振り返りと2025年に向けた展望(キャリアドックプロジェクト) (12月14日)

特別セミナー

2024年度は「HRテクノロジー」と「LGBTQ」などをテーマにセミナーを実施しました。

●2024年度の実施実績

- キャリアフェスティバル「ケアってなんだろう？」(CDA 村田隆之) (7月7日)
- HRテクノロジー×キャリア(一般社団法人HRテクノロジーコンソーシアム 理事 民岡良様

2024年度 参加者数
429人

／TIS株式会社 中田誠様) (8月27日)

- LGBTQ×キャリア(認定特定非営利活動法人ReBit 代表理事 薬師実芳様) (3月10日)

Web・メール・SNS等の活用

JCDA は Web や SNS、メール等を活用して多様な情報や活動内容を発信しています。

●Webサイト

2024年度に小改修を行い、アクセス性を向上。協会概要や研修の情報、会員の活動を随時発信しています。

●JCDA通信 (blog)

『JCDA ジャーナル』の一部コンテンツを提供。今後は会員の活動紹介を予定。

●SNS

- 公式 X (2024年開設) では JCDA の更新講習等のタイムリーな情報を発信。
- Facebook (2011年～運用) でもイベントや活動情報を発信。
- 無料メルマガ「CDA友の会」を定期的に提供中。

可能性の扉を開く

JCDAは、キャリア情報の普及や学校、企業など多様な場面におけるキャリア形成活動を支援し、キャリアカウンセリングの可能性を広げていく指導的役割を担っています。

キャリア支援事業

JCDAは、学校や企業・団体向けにキャリアカウンセリング、研修、ワークショップを提供し、キャリア支援や支援に携わる人材の育成を推進しています。教育機関ではキャリア教育や就職支援、企業ではセルフ・キャリアドック制度の導入支援など、多様なニーズに応えています。

メール配信サービス

JCDAは、CDAの活躍機会を広げ、社会への貢献を高めるため、厚生労働省が推進する施策、企業や教育機関の求人情報やキャリア関連講座の情報を提供しています。この取り組みを通じて、CDAの就業機会を創出し、キャリアカウンセラーの専門性を社会の多様な領域で広く理解してもらうことをめざしています。

2024年度
**キャリアカウンセリング
 実施実績
 25,918件**



他機関メディアでの情報発信

JCDAは、インターネットやSNSの普及を背景に、自らのOWNメディアだけでなく、他機関が発信する媒体にも積極的に情報を提供しています。これにより、JCDAの活動やキャリアカウンセリングの重要性を広く社会に発信し、理解を促進することをめざしています。

●2024年度の主なメディア掲載実績

- 三井住友海上火災保険株式会社「人生100年ラウンジ」(4月1日～)
- SCSK株式会社「資産形成ラウンジ エフクリ」(4月1日～)
- キャリアバディマガジン(7月)
- 資格情報サイト『BrushUP学び』(11月)
- 情報サイト『スキルアップ研究所』(12月)
- 『日本講演新聞』社説(12月)
- 予約DX研究所『RESERVA活用事例』(12月)

オピニオンエッセイ
 社説
 魂の編集長 水谷 もりひと

あるテーマについてはいくつかの意見や思いをグループ内で交換し合う勉強会をワークショップとして、子ども向けに行っている。子どもに何を伝えたいか、何を学ばせたいか、何を身につけたいか、そこには旅人のような風貌の少年がやってきてアレックスにあなたと9人目の賢者ですか？と話し掛けた。彼は意味が分からず、何のこたひ？と聞きました。少年は親父から手渡された何も書かれていない賢者の書を完成させる旅をしてきた。9人の賢者一人ひとりと言って、成功と幸せを手に入れるために必要な智慧を聞くのだ。開いた印にパスルのヒントを一つもらい、賢者の書の表紙には九つの凹みがあり、そこにピースをはめると賢者の教えが活字になって書に刻まれる。既に8人の賢者の話を聞いてきた少年は話した。アレックスは今の私に必要な書か。ぜひ読ませてください。お願いです。成功と幸せを手に入れるために欠かせない賢者の教えは何だったか。それは行動だった。最初の一步を踏み出すのだ。そのためにはやることを決断しなければならぬ。しかし人はそう易々と未知なる挑戦に決断できない。行動した結果、成功すればいいが失敗した時、そのことを反省と悔悟になるのだ。しかし、1人目の賢者は言った。今、成功と幸せを手に入れたい人は話を聞いてみる。みんな例外なく、失敗や挫折、苦難を味わっているから。行動した結果は成功と失敗に分かれるのではなく、両方とも自分の必要とする。経験だった。パスルに必要と真つ黒なピースでも、その絵を完成させるために必要なピースであり、それがどこに必要とされたか。それを決めるのは完成に近づいてからである。冒頭に紹介した人生100年ラウンジにて、記者の奥に眠っていた昔の出来事に、微かな光が降り、それを言葉にするようになる。幼少の頃に憧れていた人のことを語るの。今の自分を語るのと同じように。果敢と勇気の意にハッとしてくれた。そこに輝いた。二カッコいから「正義感があったから」憧れた理由が出てくると、それが今の自分と繋がっている。というのがある。自分を振り返るとは、どうしてなのかと思ってしまう。中にはつらい過去もある。その中で、何を配りながら進んでいかなければならないか。どんな経験も、より素晴らしい未来を築くための礎になると考えたい。だから「あの糸と頭もどいて、子どもと頭もどいて、自分自身が動かした。今までのコマは確かに自分身だった。今までのコマを進んでいる。

2024年12月9日 日本講演新聞(第3051号)

講演・ワークショップの提供

JCDAは、「内から外へ」をスローガンに掲げ、理念に共感する多様なパートナーと協働し、講演会やワークショップなど多彩なイベントを実施しています。2024年度は、がんサバイバー支援やキャリア発達、治療と仕事の両立などに加え、専門職のキャリア開発というテーマで交流の場を提供するなど、社会的意義の高いテーマで開催しています。

●2024年度の主な実績

- JAPAN CANCER SURVIVORS DAY 2024 (6月2日)
- 「これからのキャリア発達モデル～9つのテーマ 第1回 複線と伏線」(7月3日)
- 「病気の治療と仕事の両立について～病気になっても自分らしさをあきらめない～」(9月6日)
- Sansan Innovation Summit 2024 Special Meetup ～Road to「経理マスター」(9月13日)
- Working Cancer Survivor's Day 2024 (11月20日、30日)



Sansan株式会社のユーザー向けイベントにて、公認会計士 YouTuber くらいちゅんねるの白井敬祐さんと共にキャリアセミナーを実施



次世代を担う子どもの支援

JCDAは、東京都教育支援機構(TEPRO)や名古屋市教育委員会キャリア教育推進センターなどの公的教育支援機関、ならびに同様の取り組みを行う民間団体と協力し、未来を担う子どもたちを支援する活動に取り組んでいます。



「ミライトラベル DAY」で小学生向けにワークをしました

●2024年度の主な実績

- 国際ロータリー第2610地区インターアクト大会向け「人生すごろく『金の糸』」の実施(10月20日)
- 川崎市立宮前平中学校の生徒にCDAの仕事を紹介(11月13日)
- 宮崎県立宮崎大宮高等学校の生徒にCDAの仕事を紹介(12月10日)
- 東京都立大泉高等学校附属中学校「OIZUMI AWARD」の支援(1月11日)
- 名古屋市小学生向けキャリア教育プログラム「ミライトラベル DAY」への出展(1月29日)
- 千葉県立磯辺高等学校 探究学習の支援(1月27日)
- クラーク国際記念高等学校 横浜キャンパス プレゼンテーションを支援(2月4日)

他団体との共同開発やコラボレーション

JCDAは、キャリアカウンセリングの専門機関として、他団体と協力し、JCDA独自の「経験代謝」を反映したプログラムの開発に取り組んでいます。

●2024年度の主な実績

- 「JPC × JCDA 女性管理職・リーダー研修(2日間)」
第1回：7月11日、7月12日
第2回：9月30日、10月1日

公益財団法人日本生産性本部と共同で、女性管理職を応援するためのリーダーシップ研修を公開セミナーとして開発しました。本研修は、対面形式の集合研修で実施され、参加者一人ひとりが、自らの唯一無二の「キャリア」を軸にリーダーシップの“基盤”に気づいていく内容となっています。参加者からは高い評価を得ています。

2024年度のハイライト

キャリアドックの本格デビュー

JCDAのキャリアドックが本格稼働しました。2022年までの「全国無料オンラインキャリアカウンセリング」の経験を基盤に2023年にスタート。第1期、第2期では37人のCDAが担当し、149人が参加。2024年は、さらなる展開に向け担当CDA公募オーディションを行い、第3期にはその中の43名が担当

し、全国規模で展開。参加者は、自己理解を深め、自分らしいキャリアの方向性を見出しました。この事業は、CDAの活躍機会を広げると同時に、キャリアカウンセリングの普及と質の向上に寄与。全国に広げる基幹事業として、JCDAの未来を支える重要な役割を担っています。



<https://www.j-cda.jp/careerdock/>

「人生すごろく『金の糸』」のさらなる広がり

2022年に始まった「金の糸アワード」が3年目を迎えました。2024年度のエントリー件数は58件に達し、活動部門、企画部門ともに、多様な環境に置かれた方々への温かな視点や課題意識が感じられる事例が集まりました。「人生すごろく『金の糸』」を体験することで、自分らしさを見つけ、未来につなげる力を

届けたいという応募者の想いが込められています。また、『金の糸ガイドブック』を作成し、その魅力をさらに広げる取り組みもスタート。キャリアカウンセリングを広く一般に伝えるこの活動は、会員とともに全国的に育てていきたい大切なプロジェクトです。



金の糸アワード

<https://www.j-cda.jp/event-tp/2024/goldenthread2024/>



金の糸ガイドブック

<https://www.j-cda.jp/wp-content/uploads/2025/02/3d6c9fec275fec98f950c6f24867fa3.pdf>



CDA STUDENTの本格的スタート

CDA STUDENTが本格的にスタートしました。この資格は、大学生や短期大学生が自律的キャリアの基礎を学んだことを証明するものです。2024年3月、沖縄女子短期大学が資格認定校となり、大手前大学経営学部、群馬県立女子大学国際コミュニケーション学部において拡大。さらに、パーソルエクセルHRパ

ートナズ株式会社の協力を得て資格普及活動を推進し、12月には「100年のキャリアを豊かに育むための学び」をテーマにオンラインシンポジウムを共催、150名近くが参加しました。CDA STUDENTは、若い世代のキャリア形成支援における新たな一歩として注目されています。



<https://www.j-cda.jp/cda-student/>

スーパービジョン制度の開始

2025年2月、JCDAは会員向けに、JCDA認定スーパーバイザーによる1対1のスーパービジョン制度を開始しました。それまで研修プログラムの一部として提供されていた体験機会を拡充し、キャリアカウンセラーが個性の高い学びを深められる場として新たに提供しています。この取り組みは、キャリアコンサ

ルタントの自己研鑽と成長を支援するとともに、厚生労働省が推進するスーパービジョンの普及や質の向上施策とも連携。CDAの専門性向上に向けた重要なステップとなっています。



<https://www.j-cda.jp/super-vision.php>

2025年度以降の活動方針

JCDAは設立から25年目を迎え、これまで培ってきたキャリアカウンセリングの専門性を基盤に、さらなる成長と発展をめざします。設立20周年の際に掲げた「内から外へ」のスローガンを骨太にする方針として、活動(Activity)、提言(Advocacy)、能力開発(Ability development)の3つのAを策定しました。この3つのAは相互に作用し合い、JCDAの使命である「キャリア支援者の専門性を軸に、よりよい社会のデザインに貢献すること」を具現化するための柱となっています。2025年度以降もこの方針を基盤に、社会的意義のある事業を展開し、キャリア支援の未来を切り拓いていきます。

キャリアドックの推進

キャリアドックは、参加者が自分のライフラインチャートを振り返り、強みや課題、ありたい姿を深く考える貴重な機会を提供しています。参加者からは「CDAとの対話を通じて自己概念に気づき、キャリアにポジティブな変化が生まれた」との声が多く寄せ

られています。定期的なカウンセリングが「かかりつけの専門家」として安心感を与え、自己成長を促す重要な一歩となっています。今後は、全国22,000人の会員の協力を得て、キャリアドックの価値を広く社会に認識してもらい、さらに普及を進めていきます。

活躍機会の創出

2024年夏、東北大学工学部工学教育院のキャリア・アクセラレーションプログラムに協力し、職業情報インタビューを実施しました。この取り組みは、CDAがキャリアカウンセラーとしての専門性を軸に、多様

な背景や経験を活かしながら、人々の成長に貢献できることを示しました。今後も、CDAが活躍できる新たな機会を創出し、キャリアカウンセラーという職業の可能性を社会に広めていきます。

金の糸アワードとCDA STUDENTの展開

金の糸アワードやCDA STUDENTの取り組みは、キャリアカウンセリングの価値を広く一般に伝える重要な活動です。金の糸ワークショップは、CDAが活動する場とは異なる「つながりの場」であり、参加者だけでなくCDA自身にも多くの学びをもたらしてい

ます。これらの取り組みは、JCDA版越境学習の場として位置づけられ、会員の成長を促しています。今後も多くの方に参加していただけるよう、普及活動を継続します。

25周年記念イベント

2025年度は、JCDA発足から25周年の節目の年です。この記念すべき年に、NPOとしての社会的位置づけをさらに強化し、CDA会員同士のつながりを深

めるイベントを計画しています。これを機に、キャリア支援の意義を社会に発信し、JCDAの活動を次のステージへ進めていきます。

未来への展望

JCDAはこれからも「内から外へ」のスローガンのもと、キャリア支援を通じて個人と社会の成長に寄与していきます。それぞれの会員が自分の興味分野で活躍し、新たな価値を創造できる場を提供し続けます。そして、キャリアカウンセリングを通じた「つながりの幸福」を追求し、より成熟した社会の実現をめざします。

<お問い合わせ先>

特定非営利活動法人 日本キャリア開発協会

【東京事務所】

〒103-0014

東京都中央区日本橋蛸殻町 2-14-5 KDX 浜町中ノ橋ビル 4 階

TEL 03-6661-6221 (代表) FAX 03-5645-7170

【関西事務所】

〒530-0047

大阪府大阪市北区西天満 5-9-7 西天満コートビル 201

TEL 06-4309-6410 (代表) FAX 06-4309-6411

