

科目名	ウェルビーイング概論		単位数	1	科目コード			
授業形態	講義		時間数	30	開設期	2026		
受講条件		開設時期	1前期	教員実務経験対象				
授業概要 (目的、目標とする資格・検定等)	本授業では、ウェルビーイング（より良く生きること）を「自分の幸福」と「他者や社会の幸福」をつなげて考える視点から学ぶ。個人の価値観や行動を起点に、快適さの裏側にある構造や不都合な真実に向き合い、多様な視点を取り入れながら公共的な幸福を構想する力を育成する。 5～8回には対話ワークを取り入れ、他者視点から自分を見つめ直す体験を通して、行動変容のきっかけを得る。最終的には、半年間を通じて形成した自分の「問い」と、その背景構造を可視化し、未来に渡すことを目指す。							
授業の一般目標	①自分の価値観や行動の背景にある構造を理解できる。 ②他者や社会との相互依存関係を理解し、公共性のある幸福観を描ける。 ③不都合な真実に向き合い、感情や行動の関係性を分析できる。 ④多様な視点を取り入れ、自分の「画角」を広げられる。 ⑤行動や問いを通して、自らのウェルビーイングを再定義できる。							
受講条件								
事前学習について (テキスト・参考書等)	特定の教科書は指定しないが、授業で扱うテーマに関連する社会問題や事例に関する記事・資料を日常的に収集することを推奨する。参考文献や動画は授業内で随時提示する。							
授業の到達目標								
知識・理解の観点	ウェルビーイングの多様な定義と、構造・公共性の視点を説明できる。							
思考・判断の観点	価値観や行動を分析し、公共性を考慮した幸福観を構築できる。							
関心・意欲の観点	社会や地域の課題に関心を持ち、自分事として捉えられる。							
態度の観点	他者の視点や背景を尊重し、対話的に学び合える。							
技能・表現の観点	問いや行動計画を可視化し、他者と共有できる。							
授業計画(全体)	ウェルビーイングを「自分の幸福」と「他者や社会の幸福」をつなげて考える力を育成する。 ① 自己理解と構造理解 … 自分の価値観や行動の背景にある構造を知り、不都合な真実や快適さの裏側に目を向ける ② 他者視点の体験 … 対話ワークを通じて他者からの視点や価値観を受け取り、行動計画へつなげる ③ 公共性の探究と問いの可視化 … 公共性を意識した幸福観を描き、学びを「問い」とその背景構造にまとめ、未来に渡す							
授業計画(授業単位)								
回数日付	授業項目・内容等		授業外学習の指示等		授業の記録			
1～2	なぜウェルビーイングを学ぶのか							
3～4	私のウェルビーイングとは何か							
5～6	ウェルビーイングの構造							
7～8	モチベーショングラフで人生を振り返る							
9～10	モチベーショングラフを語る							
11～12	大きく自分を捉え直す ～「自己責任」の呪縛をゆるめ、構造の中に自分を見る～							
13～14	自分の全体像を捉える ～自分の設計図を作る～							
15～16	対話セッション 他者のまなざしで、物語を完成させる							
17～18	不都合な真実 ～私たちは日常で何を見落としているのか?～							
19～20	不都合な真実2 ～快適さの裏側にある社会							
21～22	社会の中で生きる私たち ～日本社会とウェルビーイング～							
23～24	社会における「私の役割」を探る ～社会の課題×自分の力～							
25～26	社会に貸したい力を伝えられる形する加～発表スケッチと相互壁打ち～							
27～28	ウェルビーイング展覧会 ～私の物語を社会に開く～							
29～30	未来へのメッセージ～自分のウェルビーイングを生きる～							
成績評価方法								
	1 2 3 4							
	知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現	その他	評価割合	成績評価基準
定期試験							評価なし	秀、S(4):90点以上
小テスト							評価なし	優、A(3):80点以上
宿題授業外レポート							評価なし	良、B(2):70点以上
授業態度							評価なし	可、C(1):60点以上
発表・作品							評価なし	不可、E(0):59点未満
演習							評価なし	未修得、履修放棄、F
出席							欠格条件	( )内はGPA点数
担当教員	0		実務経験紹介					