

2026年3月23日

報道機関 ご担当者 各位

学校法人 河合塾
経営戦略推進室

書籍案内

進路選択に悩む高校生とその保護者へ 漫画で学ぶ！『どうする進路選択』刊行のお知らせ ～「物事の決め方」を学べるプログラム開発者による書き下ろし～

学校法人河合塾が全国の高等学校・中高一貫校に展開するキャリア教育プログラム『ミライの選択』の開発チームは、2026年3月23日、中高生とその保護者を対象とした書籍『どうする進路選択』を刊行しました。やりたいことがまだ見つかっておらず、進路に悩む中高生が、納得のいく進路選択をするための具体的な方法を学べる一冊です。

■「意思決定のプロ」が書き下ろした、親子で進路選択に向き合うための指南書

社会が大きく変容する昨今、「将来やりたいこと」や「大学で学びたいこと」に悩む中高生は少なくありません。こうした中高生が、「進路選択」をテーマに意思決定の方法を体系的に学べるように生まれたプログラム『ミライの選択』の開発チームは、2020年のリリース以来、その学びを広めるため全国の学校で講演やワークショップを行ってきました。その過程で、親子の間に進路選択に関する認識のずれが生じているケースが想像以上に多く見られました。保護者が子どもの意向を尊重しようとする一方で、子どもが保護者の意向を意識してしまい、両者で十分に認識をすり合わせられていない実情がうかがえます。

また、2019年に河合塾が大学生に実施したアンケート※によると、「文理選択」「学部・学科選択」「志望大学」を決める際に何を参考にしたかという質問に対し、「家族や親族を頼りにした」という回答が一位となりました。この結果は、共通の指標をもとに、親子で進路選択に向き合う重要性を改めて示しています。

※河合塾Kei-Net特派員（大学生）へのアンケート調査より



(カバーイラスト・漫画：宮崎郁氏)

そこで、『ミライの選択』開発チームは、中高生やその保護者が進路について「しっかりと考えて決める方法」を学び、納得のいく進路選択ができるよう支援するために、書籍を刊行しました。本書は、進路選択に悩む高校1年生の少女が決め方を身につける過程を描いた漫画とともに、理論を分かりやすくみ砕いた解説を併記しており、中高生にとって親しみやすい構成になっています。保護者の方にもお読みいただくことで、子どもが大切にしたいことを親子で共有し、真に希望する進路を後押しするきっかけとしてご利用いただけます。

■ 親子ですぐに実践できるワークシートや先輩の体験談つき！

物語は、文系・理系、科目選択、学部・学科、大学、入試方式など、多数の分岐点を前に、高校1年生の主人公・遥（はるか）が戸惑う様子から幕を開けます。

前半では、良い決定をするまでのプロセスの説明や、進路が多様化する昨今、大学進学を当たり前と捉えず立ち止まって考えてみる視点を投げかけています。

後半からは「実践編」として、具体的な決め方のレクチャーを行います。ワークとして「プロコン表」や「総合評価表」を用い、「文理選択」「学部・大学選び」をテーマに、主人公が考えを書き出す様子を描いています。また、読者である中高生がイメージを深められるよう、「先輩たちの体験談」と題し、高校生が実際に作成した各表と、その前後のストーリーを詳細に掲載しています。





さらに巻頭には、付録として「後悔しない進路を決めるシート①プロコン表」「後悔しない進路を決めるシート②総合評価表」を収録しています。本著を読み終えた中高生が「書いてみよう!」とすぐに実践できる、実用的な仕掛けです。

進路選択は人生で直面する無数の意思決定のスタートラインであり、本書を通して身につく「良い決め方」は、一生もののスキルとして活用できます。中高生が「自分らしい進路」を選び、未来を切り拓くための支援として、貴媒体で本書をご紹介しますと幸いです。

■書籍『どうする進路選択』概要

著者 : 山口大輔 (河合塾学校事業推進部部长)
 山本尚毅 (日本総合研究所創発戦略センター)
 ※両名とも『ミライの選択』開発者

発行所 : 株式会社Gakken

発売日 : 2026年3月23日

定価 : 1,650円 (税込)

体裁 : A5 192頁 ISBN978-4-05-306261-1

——主要目次——

はじめに

第1章 進路選択は迷ったほうがいい

第2章 大学に行くのはなんのため?

第3章 「文理」を決める～プロコン表～

第4章 「学部・学科」を決める～総合評価表～

おわりに

以下のWebページからサンプルをご覧ください
<https://read.amazon.co.jp/sample/B0GSVJZ72V?clientId=share>

<キャリア教育プログラム『ミライの選択』について>

納得のいく進路選択をめざし、意思決定のプロセスを体系的に学べるプログラムです。高等学校・中高一貫校の授業プログラムとして河合塾が開発し、これまで延べ1万人が受講しています。意思決定のプロセスに沿った6つのセクションで構成され、ワークを通して自己理解を深めながら、納得のいく進路を選ぶ方法を身につけます。2022年度グッドデザイン賞受賞。



*セクションα「志望理由書を書こう」は任意選択です

<ご取材を承ります>

本書はもちろん、『ミライの選択』で展開する意思決定の方法について、本書の著者が取材にお応えします。受験においては、昨今急速に拡大している総合型・学校型選抜への対応を考える際、「挑戦すべきか」を早期に判断することに活用できます。また、ビジネスでの活用も注目されており、企業の新人研修やセカンドキャリア研修での導入実績があります。こうした学校向け・企業向けプログラムに関するお問い合わせも歓迎します。

『ミライの選択』を全世代に向けて書き下ろした書籍も発売中

2025年9月、『ミライの選択』の内容を全世代向けにアレンジした書籍が刊行されました。
人生の岐路で後悔しない、納得できる「決め方」をお伝えします。

タイトル : 「人生に必要な決め方はすべて『進路選択』で学べる」

著者 : 山口大輔 (河合塾学校事業推進部部長)

山本尚毅 (日本総合研究所創発戦略センター)

※両名とも『ミライの選択』開発者

刊行元 : 東洋経済新報社

[参考] 東洋経済オンラインで、『ミライの選択』の活用に関する記事を配信しています。

<https://toyokeizai.net/list/author/10311>



－ 本件に関する報道関係者様のお問い合わせ先・取材申込先 －

河合塾グループ広報センター 【TEL】 03-6811-5508

【E-mail】 press@kawaijuku.jp 【受付時間】 9:00～18:00 (土日祝・年末年始を除く)