

## 【2026 年度キャリアデザイン】 大福帳の書き方について

### 1. 大福帳とは？

「大帳」とは帳簿。これに福運を願って「福」を加えたもの。江戸時代から大正の頃まで主に商人が使っていた日本固有の会計帳簿。得意先ごとに口座を設け、取引状況を明らかにした。江戸商人は店が火事になると真っ先にこれを持って井戸に逃げ込み守った大事なもの。



### 2. 授業で使う「大福帳」とは？

学生の記入欄と教員のコメント欄が印刷された用紙のこと。授業開始時に学生に1枚ずつ配布され、授業毎に学生が授業で学んだことや質問等を記入し、授業終了後に回収、教員が一人ずつコメントを記入の上、次回の授業で返却する、というサイクルで運用されます。なお、授業デザインの専門家、向後千春先生に教えてもらいました。

### 3. 大福帳の2つのメリット

一つ目は、学生がレポートの評価を毎回確認できること。減点されたなら何を改善すればいいのかわからずレポートを書き続けるのは辛いと思います。大福帳なら改善点を確認しながら、次のレポートを書くことができます。

二つ目は、教員と気軽にコミュニケーションができること。授業の合間に声を掛けてもらってもいいですが、大人数の授業では混みあって、次の授業もあり難しいと思います。大福帳なら気軽に書くことができ、必ず返事がもらえます。

### 4. 書き方について

- ① 毎回、授業の最後に課題を提示します。例えば、第1回目の授業で提示し、第2回で発表する課題は以下。  
**「今までやろうやろうとっていて、やっていないことを実践する。」**これを題材に考えてみましょう。

- ② 第1回目の後半で講義した内容は、経験から学ぶための理論「経験学習モデル」です。具体的経験(とにかくやってみる)→省察的観察(振り返って記録する)→抽象的概念化(言葉にして学びにする)→能動的実験(次の行動への仮説を立てる)パソコンの前で動かず考えるより、とりあえず行動して、感じて、学びを言葉にして、次にするべきことを考える。このサイクルをぐるぐる回しましょうという話でした。忘れた学生は、教科書を読んで思い出してください。

- ③ よって、とりあえず、いつかやろうと思っていたことをやってみましょう。→※B欄の前半

学科以外の学生や地域の人々と交流してみたいと思い、421Lab.に伺い、気軽に参加できる地域活動は無いか相談した。

- ④ 行動すれば、必ず結果があります。うまくいくこともあれば、失敗することもあります。失敗してもOKです。必ず学びがあるからです。同時に、行動すれば必ず何か心の中に湧き上がるものがあります。「面白かった」「いつでも相談に乗ってくれるんだ」などポジティブな感情もあれば、「つまらなかった」「話しかけにくいな」などネガティブな感情も湧くかもしれません。しかし、いずれも行動しなければ気付くことはできなかったものです。つまり、まず行動することが大事なのです。

- ⑤ この、行動した結果と、行動したからこそ気づいたことを言葉にしてみましょう。→※B欄の後半

結果、地域クリーンアッププロジェクトに参加を決めた。ごみ拾い活動なので敷居が低く、北九州市のお店やイベントなど、学生が知らない情報を、交流しながら得られると思ったからだ。

- ⑥ この、行動して気付いた学びを、授業で学んだ「経験学習モデル」に紐づけてみましょう。→※C欄

何事もとりあえず行動すること、つまり経験学習の「とりあえずやってみる」が大事だと理解できた。

- ⑦ そして、この学びを土台に、次に行動するプランを考えてみましょう。やるかどうか別に。→※D欄

ずっと気になっている、よさこいサークル「灯炎」の新人歓迎会に参加する。

- ⑧ 最後に、今回の学びを要約してみましょう。→※A欄

421Lab.に伺い地域クリーンアッププロジェクトへの参加を決めた。とりあえず行動することが大事。

⑨ 以上を大福帳に書きましょう。

A 421Lab. に同じ地域クリーンアッププロジェクトへの参加を決めた。とりあえず行動することが大事。
B 学科以外の学生や地域の人々と交流してみたいと思い、421Lab. に同じ、気軽に参加できる地域活動は無いかと相談した。結果、地域クリーンアッププロジェクトに参加を決めた。ごみ拾い活動なので敷居が低く、北九州市のお店やイベントなど、学生が知らない情報を、交流しながら得られると思ったからだ。
C 何事もとりあえず行動すること、つまり経験学習の「とりあえずやってみる」が大事だと理解できた。
D ずっと気になっている、よさこいサークル「灯炎」の新人歓迎会に参加する。

⑩ 参考までに、失敗版も書いておきます。失敗にはたくさんの学びがありますよ。

A 421Lab. のプロジェクトにはそれぞれ申込の締め切りがある。すぐに行動することが大事。
B 学科以外の学生や地域の人々と交流してみたいと思い、421Lab. に同じ、気軽に参加できる地域活動は無いかと相談した。結果、是非やりたいと思うプロジェクトがなく、今回は申し込むことができなかった。残念。理由は、やりたいと思った「●●●●プロジェクト」の募集がすでに終わっていたからだ。
C すぐに行動しないと機会を逃すこと、経験学習の「とりあえずやってみる」が大事だと理解できた。
D ●月中旬に、ちょっと気になる「●●●●プロジェクト」の募集が始まるので申し込む。

● **採点基準:** 「自分の言葉」、つまり、授業の学びを実践した自分だからこそ書ける、「授業での学び」と「感じた心の動き」を照らし合わせて生み出した、自分だけの個性あふれる感性的な言葉で書いて下さい。

- 【A】 今回の学びを一行に要約して書く。→ 最後に書きましょう。
- 【B】 詳しい実践内容を結果まで書く。→ 実践内容が 具体的 であること。具体的とは、5W1H が明確で、固有名詞や数詞を使うことです。そしてうまくいっても、失敗しても、結果どうだったのかまで書く。
- 【C】 実践して学んだことを書く。→ 授業での学びと繋がっていること。 失敗したならその失敗からの学びを書きましょう。
- 【D】 C を土台にした次の行動プランを書く。→ 実践内容が 具体的 であること。具体的とは、5W1H が明確で、固有名詞や数詞を使うことです。B がうまく行ったら新しい行動プランを。B が失敗したなら改善して再挑戦するなど。  
特に末尾は断言すること。「～したい」「～しようと思う」は減点です。

● **その他注意点**

- 大福帳を絶対に持ち帰らないでください(大学の備品です)。
- 提出時には必ず表面を上に向けて提出して下さい。 ノートが大変なので。
- 文字数が少ないと減点になります。特に B 欄は 3 行使い切ってください。
- 下手でもいいので、読める字で書いて下さい。
- 漢字の間違いは減点の可能性があります。スマホで確認しましょう。
- 二重線や吹き出しでの修正は減点です。白消しは OK。修正できるように鉛筆やシャープペンで書くこと。
- 枠外の記入は減点です。
- 1 行に無理やり 2 行記入するのは減点です。
- 【超重要】大福帳は最終レポートを書く時に必要になります。よって、第 15 回で大福帳の両面の写真を撮って頂きます。また、最終回に欠席する可能性もあるので、第 13・14 回でも保険で写真を撮ってください。

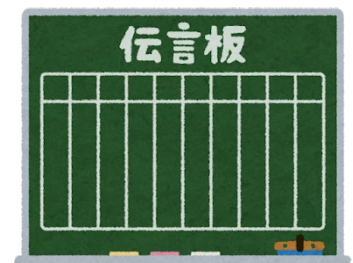
● **伝言板について**

「あなた」の欄は、教員に伝えたい事を、何でもいいので書いて下さい。必ず返事を書きます。採点対象ではありませんので空欄でも OK です。なお、「教員」の欄には何も書かないで下さい。

【質問】 大学の近所の安いスーパーを教えてください、など。

【要望】 もっと〇〇してほしい、など。

【雑談】 最近こんなことがありました、など。



以上