プレスリリース　☑事前告知のお願い　☑当日の取材のお願い　□その他　　福島市

令和8年10月16日

ライフデザインセミナーを開催します！

若者が将来の不安を解消し、希望ある将来を描けるよう支援するため、「ライフデザインセミナー」を開催します。

進学・就職・結婚などのライフイベントについて考え、自分自身を深く知るとともに多様な価値観に触れられる機会となっております。

記

1 日　時 ： 令和8年10月23日(金)午後5時30分～7時30分(受付:午後5時)

2 場　所 ： アクティブシニアセンター・アオウゼ　小活動室

3 講　師 ： 外所祐香（とどころゆうか）　氏(ikigAI 株式会社)

4 内　容 ： 『AI ライフデザインボード』～シミュレーションツールで自分自身を知る～

5 対　象 ： 高校生、大学生、30歳以下の社会人



※昨年の様子

担当:こども政策課こども青少年政策係
課長　二瓶、係長　羽田
電話 024-572-3416(直通)

lifedesign
ライフデザインセミナー

参加無料

自分を知るって、おもしろい！

AIライフデザインボードで自分自身を表現する？！



日　程 2026.10.23（金）
17:30-19:30（受付17:00）

場　所 アオウゼ　小活動室

対　象 高校生、大学生、
30歳以下の社会人

詳しくはこちら

申込み 上記QRからお申し込みください



講師紹介

ikigAI株式会社
外所　祐香

2024年にikigAI株式会社を創業。「AIで心の中を見える化し、次世代の可能性を切り拓く」をビジョンに、Z世代の若者を中心にサービスを展開。

主　催 福島市　**お問合せ** こども政策課　☎ 024-572-3416



“好き”“得意”から
はじまる、
わたしの未来。

一歩ふみだす
きっかけを
一緒に。

「自分の武器」と「理想の未来」を見つける2時間

将来、どんな生き方をしたい？その質問に今すぐ答えなくてもいい。

高校生のあなたへ：
進路の前に、将来にワクワクできる「好き」と「得意」を見つけよう

大学生のあなたへ：
「何になるか」だけに縛られない、「どうなりたいか」に出会おう

30歳以下の社会人のあなたへ：
「このままでいいのかな」を、次の一歩に変えよう

保護者の方へ：
お子さんが将来や自分らしい生き方を前向きに考えるきっかけに。ぜひご家庭で紹介してください（見学・同伴OK）

当日の流れ

1 キャリア講演・パネルトーク
「多様な生き方を知る」



いろんな人の生き方を聞いて、「こんな道もあるんだ」を知る

2 個人ワーク＆グループワーク
「価値観を内省・対話」



自分が大切にしたいことを書き出して、仲間と話してみる

3 AIライフデザインボードの完成＆グループワーク
「ライフデザイン可視化」



スマホで入力すると、AIがあなたの理想の未来をボードにしてくれる

4 発表・振り返り
「気づきを共有」



完成したボードを見せ合って、次の一歩を持ち帰る

参加者の声

「将来やりたいことがざっくりとしか決まっていなかったけど、選択肢を少しずつ広げながら、できることに積極的に挑戦していきたいと思えました！」

「AIを使って自分について考えるのが楽しかったし、しっかり自分に向き合えました。AIで作った自分の将来の画像もとても可愛かったです！」

「自分の新しい未来の可能性や、夢を叶えるための一歩が見つかった気がして、とても嬉しかったです。」

安心ポイント
ひとり参加OK
スマホだけ持ってきてね
参加無料
完成したボードはプレゼントで持ち帰れます！

開催概要

10月23日（金）
17:30～19:30（受付17:00）

Your Future
Your Choice

アオウゼ 小活動室
先着20名
参加費：無料

申込QRコード