

## ～2025年度の新卒は「人生を楽しむ姿勢」を重視～ ヒューマングループ Z 世代の“なりたい自分” 2025年度 新入社員の＜SELFing（セルフイング）＞

教育を中心に人材・介護・保育・IT・美容・スポーツ事業を傘下に持つヒューマンホールディングス株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：佐藤朋也、以下「当社」）は、2025年度、ヒューマングループ各社に入社した新入社員の SELFing（セルフイング）を発表いたします。

「SELFing」とは、自分をつくり上げていく「セルフマネジメント」と終わりが無いという「ing」を組み合わせた造語で、自分発見・自分開発を意味し、当社がすべてのステークホルダーへ提供する価値です。

### 【本件のポイント】

- 「SELFing」は自分発見・自分開発を意味し、当社がすべてのステークホルダーへ提供する価値
- 2025年4月1日に入社したヒューマングループの新入社員が SELFing の実現のためのツールである「SELFing シート」を作成
- “なりたい自分”を表す「人生目標」で最も多かったのは【楽しむ】
- 「楽しみながら夢を叶え、周囲と共生していきたい」という姿勢が見られ、ウェルビーイングや多様性を重視する Z 世代らしい傾向

# SELFing

### 【本件の概要】

当社は、すべてのステークホルダーへ提供する価値として「バリュープロミス：SELFing」を経営理念に掲げております。「SELFing」とは、なりたい自分を見つけ、その実現に向けて道筋を定め進んでいくこと。そしてそれが社会への貢献にもつながっていく循環のことと定義しています。

当社グループは、教育・人材・介護・保育・IT・美容・スポーツの各事業を通じて「SELFing」を提供し、一人ひとりのなりたい自分を見つけ、その実現をサポートし、社会のニーズとマッチングすることですべての人が自分らしく生きられる豊かな社会の実現をめざしています。

SELFing は従業員への提供価値でもあり、当社グループでは全社員（一部対象外）が自身の SELFing を実現するため「SELFing シート」の作成に取り組んでおります。社会人という新たなステージをスタートさせた 2025 年度の新入社員も自身の人生目標を設定し、“なりたい自分”を見つけるために「SELFing シート」を作成しました。

## ■SELing シート

目標達成のためのフレームワーク「マンダラチャート」を元に、考案したクローバ経営研究所と共同で開発したヒューマングループのSELing ツール。縦横 3 マスずつ、合計 9 マスが描かれており、中心に達成したい目標を書き、その周囲の 8 マスに目標を達成するために必要な要素を書き込みます。

人格	経済	学習
F	C	G
仕事	人生目標	家庭
B		D
社会	健康	遊び
E	A	H

SELing シートには「人生目標」（人生を通じた目標設定）と「3年後の自分」（短期の目標設定）の2種類があり、「人生目標」シートは、真ん中に「人生目標」、周囲 8 マスには人生を構成する 8 大分野「健康」「仕事」「経済」「家庭」「社会」「人格」「学習」「遊び」が設定されています。「3年後の自分」シートは、主に人生目標シートの「仕事」で設定した目標から発展させて作成します。なりたい自分を見つけ、実現するためのサポートツールであり、自らデザインする人生の“設計図”としてヒューマングループ各社で導入しています。

ヒューマングループでは、ステークホルダーである従業員への「SELing」の提供として、SELing シートの導入（“なりたい自分”と必要な要件の明確化）、SELing セッション（定期的な進捗確認とフィードバックを受ける上司との 1on1）、SELing 検定（SELing の実践・支援力の証明）に取り組み、上司が伴走しながら従業員一人ひとりが“なりたい自分”を実現するためのサポートを行っております。

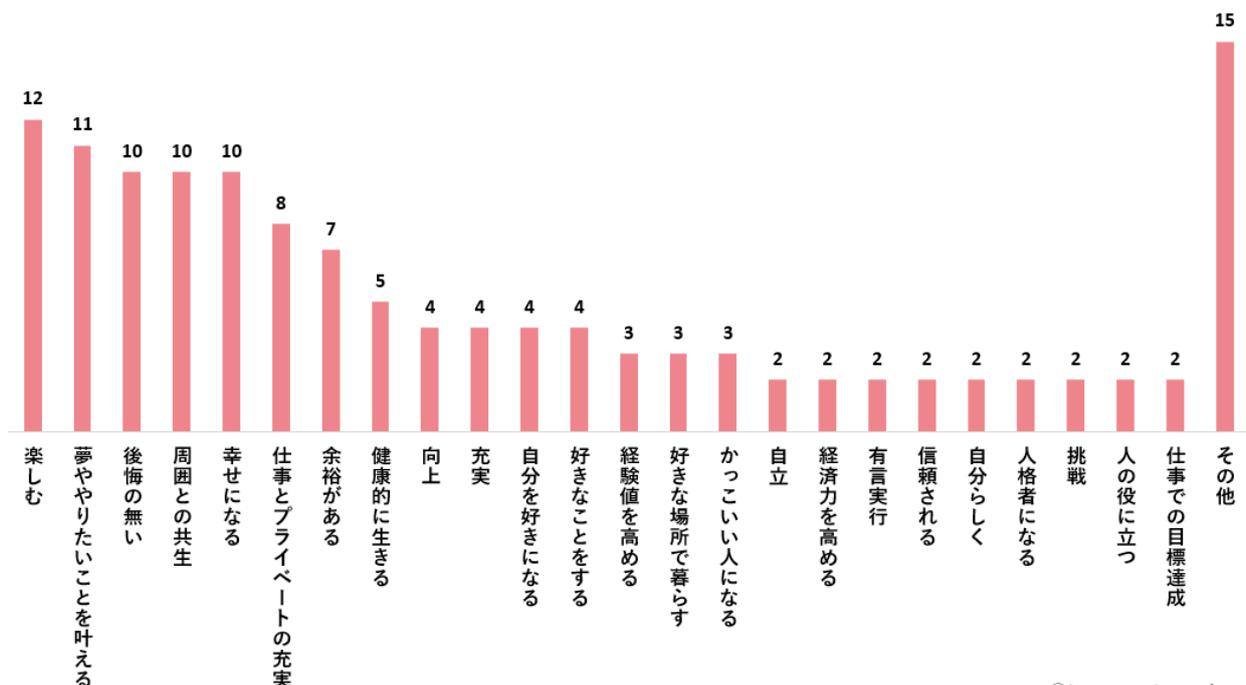
## 【ヒューマングループ新入社員の SELing】

ヒューマングループ 2025 年度入社の新入社員のうち任意の 131 名に「人生目標」の SELing シートを提供してもらいました。

真ん中の「人生目標」の項目において、最も多かったのは【楽しむ】系の目標（12 名）でした。「毎日楽しく生きる」「毎日笑って過ごす」「振り返ったときに『今が一番楽しい』と言える人生」「明日、未来が楽しみになる毎日」など、日々に対する前向きな姿勢が見られ、人生を豊かに過ごすうえで“楽しむ”ことを大切にしている傾向がうかがえました。

次いで【夢ややりたいことを叶える】（11 名）、【後悔の無い】（10 名）、【周囲との共生】（10 名）、【幸せになる】（10 名）が挙がり、自己実現に加え、周囲とのつながりを重視する意識が見られます。

### 人生目標



©ヒューマンホールディングス

■本件に関するお問い合わせ■ ヒューマンホールディングス株式会社 担当：若林、平  
TEL：03-6846-8002 FAX：03-6846-1220 E-mail：kouhou@athuman.com

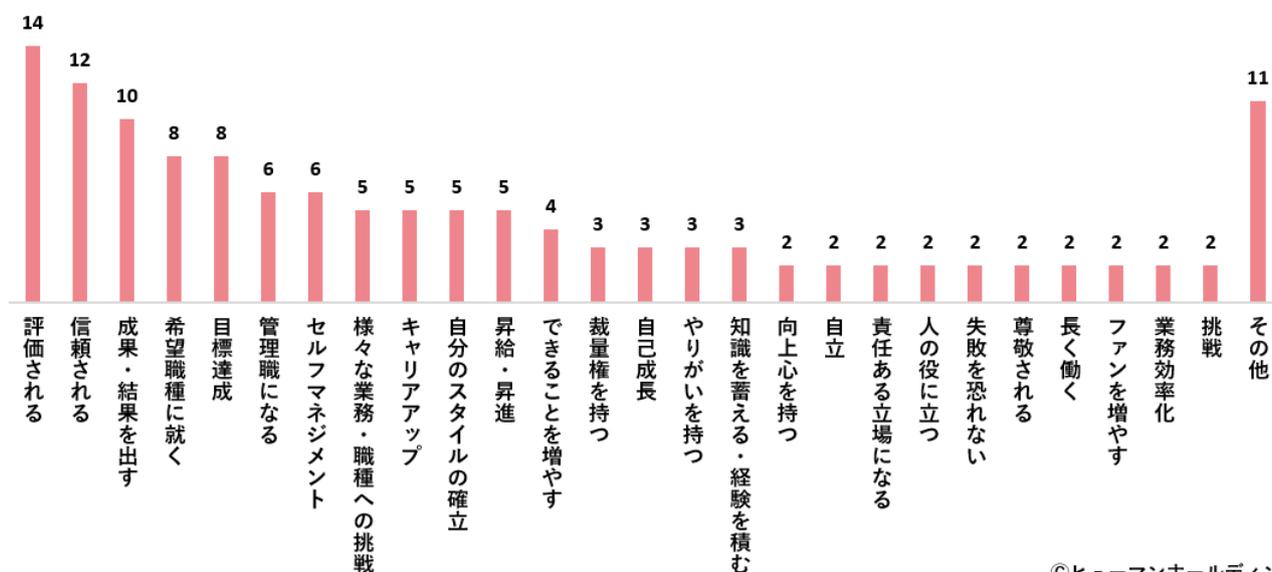
この世代（2002年～2003年生まれが中心）は、高校・大学生活の大半をコロナ禍で過ごし、オンライン中心の教育環境に置かれた経験があります。その制約を受けた環境が、「今を楽しむ」「日常を大切にする」といった価値観につながっていると考えられ、また、リアルな交流が制限されてきたこともあり、自己実現だけでなく周囲とのつながりや信頼関係を重視する傾向にあると考えられます。

「人生目標」を達成するために必要な8大分野の一項目である「仕事」に関する目標では、【評価される】系目標（14名）が最多で、具体的に、社内の年間表彰である新人賞や優秀社員賞の受賞を目標に掲げる人が多く、努力の結果や成果を形にすることを意識している様子が垣間見れます。

次いで【信頼される】（12名）が続き、「先輩からも後輩からも頼られ、人望が厚い人になる」「頼りにされる存在になる」「お客様や先輩方から信頼してもらえる人材」など、人との関係性や信頼を重視している傾向にあります。

これはSDGsやダイバーシティ教育を中学・高校から受けており、社会課題に対する関心が非常に高く、心理的安全性や周囲との関係性を大切にするZ世代らしい特徴と見られ、新入社員も個人の成長と周囲との調和を同時に志向している表れかもしれません。

### 「仕事」項目



©ヒューマンホールディングス

2025年度入社の新入社員は、コロナ禍でオンライン教育を経験し、リアルな関係性の希少性を体感した世代です。こうした背景が、SELFingシートに表れた「楽しむ姿勢」「夢の実現」「信頼関係の重視」といった傾向に自然につながっていると考えられます。

SELFingシートを作成すると、個々人の人となりや思い描いている理想像が浮かび上がります。今回は、新入社員が現時点での人生目標を書き出しましたが、今後、仕事や環境が変わり、定期的に上司（コーチ）と「SELFingセッション（1on1）」を実施していくなかで目標を見つめ直したり、シートを書き直したりすることも出てきます。SELFingシートは何度でも更新できるため、常に見直しながらか活用し、一人ひとりのSELFingを実現して欲しいと思います。当社は今後も、従業員一人ひとりがSELFingを実現できるよう、伴走型の支援を行ってまいります。

[参考] ヒューマングループ Z 世代の「なりたい自分」

- 2022 年度 新入社員の<SELFin>

<https://www.athuman.com/news/2022/14485/>

- 2023 年度 新入社員の<SELFin (セルフing)>

～今年度の新卒はリスキングの意識が高い!?「学習」分野の目標で最も多いのは「資格取得」～

<https://www.athuman.com/news/2023/17478/>

- 2024 年度 新入社員の<SELFin (セルフing)>

～2024 年度の新卒は管理職希望が多数!?～

<https://www.athuman.com/news/2024/20709/>

## ■スペシャルコンテンツ「My SELFin is \_\_ .」

SELFin シートをもとに、“なりたい自分”の姿に向かって歩む人たちの目標の立て方や、仕事の向き合い方を紹介する記事コンテンツ。一人ひとりの「SELFin」を通して、多様な生き方を紹介し、“なりたい自分”を見つけるヒントを提供します。



「My SELFin is \_\_ .」: <https://www.athuman.com/special/#section-myselfingis>

## ■ヒューマングループについて

ヒューマングループは、教育事業を中核に、人材、介護、保育、IT、美容、スポーツと多岐にわたる事業を展開し、2025年4月に創業40周年を迎えました。1985年の創業以来「為世為人（いせいいじん）」を経営理念に掲げ、教育を中心とする各事業を通じて、労働力不足、高齢化社会、待機児童問題など、時代とともに変化するさまざまな社会課題の解決に取り組んでまいります。各事業のリソースを活用し、深刻化する国内の労働人口減の課題解決に向け、より一層、努めてまいります。



人と社会に向き合い続けてきたヒューマングループは、いま世界全体で達成すべき目標として掲げられた SDGs（持続可能な開発目標）にも積極的に取り組んでいます。SDGs への貢献を通じて、より良い社会づくりに貢献していきます。

- ヒューマンホールディングス ウェブサイト: <https://www.athuman.com/>

## 会社概要

ヒューマンホールディングス株式会社

- 代表者：代表取締役社長 佐藤 朋也
- 所在地：東京都新宿区西新宿 7-5-25 西新宿プライムスクエア 1 階
- 資本金：12 億 9,990 万円 ●URL： <https://www.athuman.com/>

■本件に関するお問い合わせ■ ヒューマンホールディングス株式会社 担当：若林、平  
TEL：03-6846-8002 FAX：03-6846-1220 E-mail：kouhou@athuman.com