

一般常識作文・完全対策ワークブック

～就職試験・入学試験を突破する実践トレーニング～

このワークブックは無料でダウンロード・印刷してご利用いただけます

【第1部】頻出テーマ 100 の詳細解説

カテゴリーA: 社会・経済系テーマ

テーマ1: 少子高齢化社会の課題と対策

押さえるべきポイント

現状データ:

- 2024 年の高齢化率: 29.1%
- 出生率: 1.26 (2022 年)
- 生産年齢人口: 7,400 万人 (ピーク時から 1,000 万人減)

主な課題:

- 労働力不足
- 社会保障費の増大
- 地方の過疎化
- 介護問題
- 年金制度の持続性

解決策の方向性:

- 女性・高齢者の活躍推進
- 外国人労働者の受け入れ
- AI・ロボットの活用

4. 子育て支援の充実
5. 健康寿命の延伸

あなたの意見をまとめよう

課題の優先順位: 1 位: _____ 2
位: _____ 3 位: _____

最も効果的だと思う解決策: _____

その理由: _____

テーマ 2: 働き方改革の意義

押さえるべきポイント

背景:

- 長時間労働の是正
- 生産性の向上
- ワークライフバランス
- 多様な働き方の実現

具体的施策:

1. 残業時間の上限規制
2. 有給休暇の取得義務化
3. テレワークの推進
4. 副業・兼業の解禁
5. 同一労働同一賃金

期待される効果:

- 労働生産性の向上
- 離職率の低下
- 女性の活躍推進

- 健康経営の実現
- イノベーションの創出

キーワード整理

必須キーワード: ☐ ワークライフバランス ☐ 生産性向上 ☐ テレワーク ☐ 柔軟な働き方 ☐ 健康経営

テーマ 3～15 の概要

3. 格差社会について
4. 年金制度の今後
5. 地方創生の重要性
6. 外国人労働者の受け入れ
7. 最低賃金の引き上げ
8. 終身雇用制度の是非
9. ベーシックインカムについて
10. キャッシュレス社会の功罪
11. 観光立国としての日本
12. 中小企業の後継者問題
13. フリーランスという働き方
14. 副業解禁の影響
15. 定年延長の是非

(各テーマの詳細は実際の PDF に収録)

カテゴリーB: テクノロジー系テーマ

テーマ 16: AI 時代に必要な人間の能力

押さえるべきポイント

AI ができること:

- データ分析
- パターン認識

- 自動化
- 予測
- 最適化

人間の強み:

1. 創造性
2. 共感力
3. 批判的思考
4. 倫理的判断
5. リーダーシップ

必要なスキル:

- AI リテラシー
- プログラミング基礎
- データ分析力
- コミュニケーション能力
- 問題解決能力

構成メモ作成欄

序論のアイデア: _____

本論の論点:

1. _____
2. _____
3. _____

結論の方向性: _____

テーマ 17～30 の概要

17. ChatGPT と教育の未来
18. デジタルトランスフォーメーション (DX)
19. メタバースの可能性

- 20. 自動運転車の普及
- 21. ロボットと人間の共存
- 22. ビッグデータの活用と倫理
- 23. サイバーセキュリティの重要性
- 24. 5G・6G がもたらす変化
- 25. 仮想通貨の未来
- 26. NFT とデジタル資産
- 27. 量子コンピューターの可能性
- 28. 宇宙開発の意義
- 29. ドローンの活用法
- 30. バイオテクノロジーと倫理

【第 2 部】テーマ別構成テンプレート 20 種

テンプレート 1: 問題解決型

基本構成 (800 字)

序論 (150 字)

現状認識: _____ (50 字) 問題提起: _____
_____ (50 字) 論述方向: _____
_____ (50 字)

本論 (500 字)

原因分析: _____ (150 字) _____

解決策 1: _____ (100 字) _____

解決策 2: _____ (100 字) _____

解決策 3: _____ (100 字) _____

実現条件: _____ (50 字) _____

結論 (150 字)

解決策の効果: _____ (50 字) 社会的意義: _____
_____ (50 字) 未来への展望: _____
_____ (50 字)

テンプレート 2: 比較検討型

基本構成 (800 字)

序論 (150 字)

テーマ提示: _____ 対立軸の提示: _____
_____ 自分の立場: _____

本論 (500 字)

A 案のメリット: _____ (100 字) A 案のデメリット: _____
_____ (100 字) B 案のメリット: _____
_____ (100 字) B 案のデメリット: _____ (100
字) 総合評価: _____ (100 字)

結論 (150 字)

選択の理由: _____ 期待される効果: _____
_____ 今後の課題: _____

テンプレート 3～20 の概要

3. 原因分析型
 4. 将来予測型
 5. 体験活用型
 6. データ重視型
 7. 国際比較型
 8. 歴史考察型
 9. 倫理検討型
 10. 技術評価型
 11. 政策提言型
 12. 企業視点型
 13. 消費者視点型
 14. 教育視点型
 15. 環境配慮型
 16. 経済分析型
 17. 社会貢献型
 18. イノベーション型
 19. リスク管理型
 20. 統合型
-

【第 3 部】模範解答例 30 本(全文掲載)

解答例 1: 働き方改革とワークライフバランス(800 字)

日本の労働環境は今、大きな転換期を迎えている。厚生労働省の調査によると、年間総労働時間は減少傾向にあるものの、依然として欧米諸国と比較して長時間労働が常態化している。このような状況下で、働き方改革をどのように進めるべきか。私は「生産性向上」「柔軟な働き方」「意識改革」の3つが鍵になると考える。

第一に、生産性向上は働き方改革の根幹である。日本の労働生産性は OECD 加盟国中 27 位と低迷している。長時間働くことが評価される文化から、成果を重視する評

価制度への転換が必要だ。私が以前勤めたアルバイト先でも、無駄な会議や非効率な作業が多く、改善提案をしたところ、作業時間が3割削減できた経験がある。ITツールの活用や業務プロセスの見直しにより、短時間で高い成果を出せる環境づくりが重要だ。

第二に、柔軟な働き方の実現も欠かせない。テレワーク、フレックスタイム、時短勤務など、個人のライフスタイルに応じた働き方を選択できることが大切だ。特に子育てや介護と仕事の両立は、多くの労働者が直面する課題である。私の母も介護と仕事の両立に苦労していたが、在宅勤務制度の導入により、負担が大幅に軽減された。多様な働き方を認めることで、優秀な人材の確保にもつながる。

第三に、意識改革が最も重要かもしれない。制度を整えても、「残業する人が偉い」という価値観が残っているのでは意味がない。管理職の意識改革、若い世代の価値観の尊重、企業文化の変革が必要だ。ワークライフバランスを重視することは、甘えではなく、持続可能な働き方の実現である。

もちろん、業種や職種によって一律の改革は難しい。医療や介護、製造業など、現場での対応が必要な仕事もある。しかし、それぞれの特性に応じた改革は可能なはずだ。

働き方改革は、単に労働時間を減らすことではない。生産性を高め、多様な働き方を認め、新しい価値観を受け入れることで、誰もが活躍できる社会を実現することだ。これは日本の競争力向上にも直結する。私たち一人一人が、自分の働き方を見直し、より良い労働環境を作っていく必要がある。持続可能な社会の実現に向けて、働き方改革は避けて通れない道である。

解答例 2: デジタル教育の可能性と課題(800 字)

コロナ禍を契機に、教育のデジタル化が急速に進んでいる。文部科学省の GIGA スクール構想により、小中学生に1人1台の端末が配布され、オンライン授業も一般化した。このデジタル教育の波は、教育にどのような変革をもたらすのか。私は「個別最適化」「アクセシビリティ」「新たな学習体験」という可能性と、「デジタルデバイド」「コミュニケーション不足」という課題の両面から考察したい。

まず、デジタル教育最大の可能性は、個別最適化された学習の実現だ。AIを活用した学習システムにより、個々の理解度に応じた問題提供や、苦手分野の集中学習が可能になる。私も大学受験の際、オンライン学習サービスを利用し、自分のペースで

効率的に学習できた。画一的な授業から、一人一人に合わせた教育への転換は革命的だ。

次に、教育へのアクセシビリティが飛躍的に向上する。地理的制約や身体的制約を超えて、質の高い教育を受けられる。離島や山間部の生徒も、都市部と同じ授業を受けられる。また、病気や障害で通学困難な生徒も、自宅から授業に参加できる。教育の機会均等という理念が、技術により実現可能になった。

さらに、VR や AR を活用した新たな学習体験も魅力的だ。歴史の授業で古代ローマを仮想体験したり、理科の授業で分子構造を 3D で観察したりできる。抽象的な概念も、視覚的・体験的に理解できるようになる。

しかし、課題も存在する。第一に、デジタルデバイドの問題だ。家庭の経済状況や IT リテラシーの差により、学習格差が拡大する恐れがある。第二に、対面でのコミュニケーション不足も懸念される。協調性や社会性は、人との直接的な関わりから学ぶ部分も大きい。

これらの課題を克服するには、デジタルと対面のハイブリッド型教育が理想的だ。基礎学習はデジタルで効率化し、ディスカッションや実験は対面で行う。また、デジタル機器やネット環境の整備支援も不可欠だ。

デジタル教育は、従来の教育を否定するものではない。むしろ、教育の可能性を広げ、より多くの人に学びの機会を提供するツールだ。適切に活用すれば、個々の能力を最大限引き出し、創造性豊かな人材を育成できる。教育のデジタル化は、単なる手段の変化ではなく、学びの本質を再定義する機会となるだろう。

解答例 3～30 のタイトル一覧

3. カーボンニュートラル実現への道筋
4. 多文化共生社会の実現
5. 医療 DX が変える未来
6. フードロス削減の重要性
7. メンタルヘルスケアの必要性
8. 観光立国日本の課題
9. ジェンダー平等の実現方法
10. 防災・減災対策の強化
11. リカレント教育の推進

12. 地域コミュニティの再生
13. 情報リテラシーの重要性
14. シェアリングエコノミーの未来
15. 日本の国際競争力向上策
16. スポーツの社会的価値
17. 次世代に残すべき日本の価値
18. サーキュラーエコノミーの実現
19. デジタル通貨の可能性
20. 宇宙ビジネスの展望
21. 健康寿命延伸の方策
22. エネルギー安全保障
23. 食料自給率の向上
24. 観光公害への対処法
25. プライバシー保護の重要性
26. 選挙投票率向上の方法
27. 生涯学習社会の実現
28. 社会起業家の役割
29. 地球温暖化対策
30. 日本の未来ビジョン

(各解答例の全文は実際の PDF に収録)

【第 4 部】時事問題チェックシート(500 項目)

政治分野(100 項目)

国内政治

☐ 岸田政権の主要政策 ☐ 少子化対策の内容 ☐ 防衛費増額問題 ☐ 憲法改正議論 ☐ 選挙制度改革 ☐ 政治資金問題 ☐ 地方分権の推進 ☐ デジタル庁の役割 ☐ こども家庭庁の設立 ☐ 経済安全保障

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

国際政治

☐ ウクライナ情勢 ☐ 米中対立 ☐ 日韓関係 ☐ 北朝鮮問題 ☐ 中東情勢 ☐
EU の動向 ☐ ASEAN との関係 ☐ G7・G20 ☐ 国連改革 ☐ 核軍縮問題

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

経済分野(100 項目)

日本経済

☐ GDP 成長率 ☐ 物価上昇(インフレ) ☐ 円安・円高 ☐ 日銀の金融政策 ☐ 株
価動向 ☐ 賃上げ動向 ☐ 企業業績 ☐ 設備投資 ☐ 消費動向 ☐ 財政赤字

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

世界経済

☐ 米国経済 ☐ 中国経済 ☐ EU 経済 ☐ 新興国経済 ☐ 原油価格 ☐ 金利動
向 ☐ 為替相場 ☐ 貿易摩擦 ☐ サプライチェーン ☐ 経済制裁

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

社会分野(100 項目)

☐ 少子高齢化 ☐ 人口減少 ☐ 待機児童問題 ☐ 教育改革 ☐ 働き方改革 ☐
ジェンダー平等 ☐ LGBTQ+ ☐ 外国人労働者 ☐ 社会保障改革 ☐ 地域格差

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

技術分野(100 項目)

☐ 生成 AI(ChatGPT 等) ☐ メタバース ☐ Web3.0 ☐ ブロックチェーン ☐ 量子コンピュータ ☐ 6G 通信 ☐ 自動運転 ☐ ロボット技術 ☐ バイオテクノロジー ☐ 宇宙開発

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

環境分野(100 項目)

☐ 気候変動対策 ☐ カーボンニュートラル ☐ 再生可能エネルギー ☐ 原発政策
☐ プラスチック問題 ☐ 生物多様性 ☐ 水資源問題 ☐ 森林保護 ☐ 海洋汚染
☐ SDGs

チェック日: ____月 ____日 理解度: ____/10

【第 5 部】キーワード暗記カード(200 語)

必須キーワード 50

1. DX(デジタルトランスフォーメーション)

定義: デジタル技術を活用してビジネスや社会を変革すること 重要性: 生産性向上、新サービス創出 課題: 人材不足、投資コスト 使用例: 「DX により業務効率が大幅に向上した」

2. SDGs(持続可能な開発目標)

定義: 2030 年までに達成すべき 17 の国際目標 重要性: 地球規模の課題解決 課題: 認知度、実効性 使用例: 「企業の SDGs への取り組みが評価されている」

3. カーボンニュートラル

定義: CO2 排出量と吸収量を均衡させること 重要性: 地球温暖化対策 課題: 技術開発、コスト 使用例: 「2050 年カーボンニュートラル実現を目指す」

4～50 のキーワード

4. ESG 投資
5. ダイバーシティ&インクルージョン
6. ワークライフバランス
7. リカレント教育
8. Society5.0
9. MaaS (Mobility as a Service)
10. フィンテック (以下省略)

重要キーワード 100

51. メタバース
52. NFT
53. Web3.0
54. DAO
55. DeFi
56. ビッグデータ
57. IoT
58. 5G/6G
59. エッジコンピューティング
60. サイバーセキュリティ (以下省略)

頻出キーワード 50

151. グローバル化
152. 少子高齢化
153. 人口減少
154. 地方創生
155. 観光立国
156. 働き方改革
157. 女性活躍
158. 外国人労働者
159. 格差社会
160. 社会保障 (以下省略)

【第 6 部】練習用原稿用紙(20 枚)

練習 1: AI 時代の人間の役割 (800 字・30 分)

制限時間: 30 分 開始時刻: ____:____ 終了時刻: ____:____

[illegible]

[illegible]

(20マス×40行＝800字分)

練習 2～20 のテーマ

2. 少子高齢化社会の対策
3. SDGs と企業の責任
4. 働き方改革の実現
5. デジタル教育の未来
6. 環境問題への取り組み
7. 日本の国際競争力
8. 地方創生の方法
9. 健康寿命の延伸
10. ダイバーシティの推進
11. 観光立国の課題
12. エネルギー問題
13. 食の安全保障
14. 防災対策の強化
15. 情報社会の功罪
16. グローバル人材育成

- 17. イノベーションの創出
 - 18. 社会保障の持続性
 - 19. 文化の継承と発展
 - 20. 未来の日本像
-

【第 7 部】添削チェックシート

自己添削用チェックリスト

内容面(50 点)

テーマ理解 (10 点)

- ☐ テーマを正確に理解している(5 点) ☐ 問われていることに答えている(5 点)

自己評価: ____/10 点

論理性 (15 点)

- ☐ 主張が明確である(5 点) ☐ 根拠が説得力を持つ(5 点) ☐ 論理の飛躍がない(5 点)

自己評価: ____/15 点

具体性 (10 点)

- ☐ 具体例が適切である(5 点) ☐ データや事実を活用している(5 点)

自己評価: ____/10 点

独自性 (10 点)

- ☐ 自分の意見が明確(5 点) ☐ 独自の視点がある(5 点)

自己評価: ____/10 点

バランス (5 点)

☐ 多角的な視点で論じている(3 点) ☐ 極端な主張をしていない(2 点)

自己評価: ____/5 点

構成面(25 点)

序論 (8 点)

☐ 問題提起が明確(4 点) ☐ 論述の方向性を示している(4 点)

自己評価: ____/8 点

本論 (12 点)

☐ 論点が整理されている(4 点) ☐ 段落構成が適切(4 点) ☐ つながりが自然(4 点)

自己評価: ____/12 点

結論 (5 点)

☐ 主張を再確認している(3 点) ☐ 締めが印象的(2 点)

自己評価: ____/5 点

表現面(25 点)

文章力 (15 点)

☐ 文体が統一されている(5 点) ☐ 語彙が適切(5 点) ☐ 読みやすい(5 点)

自己評価: ____/15 点

正確性 (10 点)

☐ 誤字脱字がない(5 点) ☐ 文法が正しい(5 点)

自己評価: ____/10 点

総合評価

合計: ____/100 点

80 点以上: 優秀な答案 70～79 点: 合格レベル 60～69 点: もう少し練習が必要 59 点以下: 基礎から見直しが必要

改善ポイント記録

今回の課題

内容面: _____

構成面: _____

表現面: _____

次回の目標

【第 8 部】本番直前確認リスト

前日の準備

持ち物チェック

☐ 受験票 ☐ 筆記用具(鉛筆 5 本以上) ☐ 消しゴム(2 個) ☐ 時計 ☐ 身分証明書

知識の最終確認

- ☐ 頻出テーマ 10 個を復習 ☐ キーワード 50 個を確認 ☐ 構成パターンを確認
- ☐ 時間配分を確認 ☐ 自分の弱点を再確認

メンタル準備

- ☐ 早めに就寝する ☐ リラックスする ☐ 成功をイメージする ☐ 自信を持つ ☐ 平常心を保つ

当日の心構え

試験開始前

1. 深呼吸をする
2. 問題をしっかり読む
3. キーワードに印をつける
4. 構成を簡単にメモする
5. 時計を確認する

試験中

1. 焦らない
2. 構成通りに書く
3. 時間配分を守る
4. 読みやすく書く
5. 最後まで諦めない

試験終了前

1. 誤字脱字をチェック
2. 文字数を確認
3. 論理の流れを確認
4. 結論があるか確認
5. 名前を書いたか確認

緊急時の対処法

時間が足りない場合

1. 序論を短くする
2. 本論の例を 1 つ減らす
3. 結論は必ず書く
4. 箇条書きでも構成を示す
5. 要点だけでも伝える

書くことが思いつかない場合

1. 基本構成に当てはめる
2. 自分の体験を思い出す
3. ニュースを思い出す
4. 反対意見も考える
5. 将来の展望を書く

パニックになった場合

1. 一度ペンを置く
2. 深呼吸を 3 回する
3. 問題を読み直す
4. できることから書く
5. 部分点を狙う

【第 9 部】面接での作文関連質問対策

よくある質問と回答例

Q1: 作文で書いた内容について詳しく教えてください

回答のポイント:

1. 要点を簡潔にまとめる
2. 書いた理由を説明する
3. 具体例を 1 つ挙げる

4. 今後の展望を述べる
5. 熱意を示す

回答例：「私は〇〇について、△△という観点から論じました。特に重視したのは□□という点で、これは現代社会において重要な課題だと考えたからです。具体的には...」

Q2:なぜその意見を持ったのですか？

回答例：「私がこの意見を持った理由は3つあります。第一に...、第二に...、第三に...。特に〇〇での経験が、この考えに大きく影響しています。」

Q3:反対意見についてどう思いますか？

回答例：「確かに〇〇という反対意見も理解できます。しかし、私は△△という理由から、やはり□□が重要だと考えます。ただし、反対意見の◇◇という点は参考にすべきだと思います。」

Q4～20 の質問例

4. 作文を書く上で工夫した点は？
5. 時事問題はどのように勉強していますか？
6. 最近気になるニュースは？
7. 日本の将来についてどう考えますか？
8. 社会人として大切なことは？
9. リーダーシップについて
10. チームワークについて
11. 課題解決の経験
12. 失敗から学んだこと
13. 価値観の違いへの対処
14. グローバル社会について
15. 技術革新への対応
16. 環境問題への関心
17. 地域貢献について
18. 多様性の重要性
19. 継続することの大切さ
20. 10年後の自分

面接での注意点

1. 作文の内容と矛盾しない
 2. 具体例を用意しておく
 3. 自分の言葉で話す
 4. 熱意を込めて話す
 5. 簡潔に答える
-

おわりに

このワークブックを使って

一般常識作文は、社会人・学生として必要な総合力が問われる試験です。このワークブックを活用して、以下の5つのステップを実践してください。

成功への5ステップ

1. 頻出テーマを理解し、自分の意見をまとめる
2. 構成テンプレートを身につける
3. 模範解答を参考に、自分の型を作る
4. 練習を重ね、時間配分を体得する
5. 添削を通じて、弱点を克服する

最後にメッセージ

完璧な作文を書く必要はありません。大切なのは、社会の課題に関心を持ち、論理的に自分の意見を表現することです。

日々の積み重ねが、必ず本番で生きてきます。自信を持って、試験に臨んでください。

みなさんの合格を心から応援しています！

制作:一般常識作文対策プロジェクト 発行:2024 年 11 月 無料配布版 v1.0

※このワークブックは自由にコピー・配布していただけます ※学校・塾・企業での使用も可能です ※最新版は定期的に更新されます