

お弁当で
鍛える!?

発

“ ” 想力“ トレーニング

ものづくりにちよつと興味あるかも〜と思う高校生のみなさんへ

学校法人福田学園

OCT 大阪工業技術専門学校
OSAKA COLLEGE OF TECHNOLOGY



さて、みなさん！突然ですが、
最高のから揚げ弁当を妄想してください。

食べても食べても永遠に無くならない無限から揚げ弁当

世界中の美味しい鶏肉でつくるから揚げ万国博覧会弁当

カロリーゼロのから揚げ弁当

いつでも揚げたてのから揚げ弁当

7色に輝く！ 最高に写真映えするカラフルから揚げ弁当



って、ちょっと待った～！
OCTって、建築とロボットの
学校とちゃうの？！

そうそう、そうですよ。びっくりさせて、ごめんなさい！

建築の設計や施工、設備、インテリアデザイン、大工、
機械の設計やプログラミング、ロボット開発などなど……。

ものづくりの現場では、幅広い知識や技術はもちろん、
さまざまな課題や困難を突破する柔軟な発想力が大切。

あなどるなかれ。お弁当は、ものづくりの仕事に生かせる発想力、
言わば「妄想力」を鍛える最高の教材なんです！

……とはいえ、「仕事とかよくわからん！」というあなた！

まずは中面をひらいてみよう！

仕事選びの
ヒントになる、
かも!?

あなたの「強み」がわかる、 ものづくりの適職診断



技術が光る王道メニュー

たまごやきタイプ



好き／嫌いがハッキリしているタイプかな?

ぜひ「あ、これ好きかも〜」と思う感覚を大事に育てて、自分の「好き」を突き詰めてください。ひとつのことに集中できるタイプでもあるので、職人気質を生かせる仕事で頭角が現れるかもしれませんよ。

OCT的適職診断

身につけた専門的な技術を生かせる職業がおすすめ。
左官、鉄筋工などの建築・施工職や大工、設備の修理・保守を行う機械メンテナンスなども◎

おすすめトレーニング→ 3 4 5 6

どんなおかずもどんとこい!

白ごはんタイプ



懐が深く、さまざまな人たちと協働できるタイプ。

誠実な性格で、周囲からも頼られることが多いのでは? バラバラな意見をまとめて、物事を前進させることも得意かも。一人ひとりの魅力を引き出し、チームをまとめていくような場面で活躍できそうです。

OCT的適職診断

現場の人を束ね、品質や安全をマネジメントする現場監督や工場長、さまざまなお客さんと向き合い、親身になってともに考える営業職もおすすめです。

おすすめトレーニング→ 1 5 6 7

存在感を放つ弁当界のスター

えびフライタイプ



好奇心旺盛で、引き出しの多いアイデアマン。

みんなが「あっ!」と驚く、独創的な企画やデザインを生み出す力が、あなたの魅力です。想いや考えを魅力的に伝えることも得意なので、プレゼンテーションや交渉が必要な場面でも、本領を発揮!

OCT的適職診断

建築をつくる意匠設計士や、室内空間を手がけるインテリアデザイナーがおすすめ。まちの魅力を発掘し、発信するまちづくりの分野でも力を生かせそう。

おすすめトレーニング→ 1 2 3 4

いよいよ、“妄想力”トレーニングへ! ➡

TRAINING
1

今日のお弁当に キャッチコピーをつけてみよう

友だちにお弁当を売り込むつもりで、
キャッチコピー（＝宣伝文句）を考えてみましょう。
食いしん坊な友だちなら「味」、健康を気遣う運動部の
友だちなら、「栄養素」がアピールポイントになるかも。
何をどう伝えと、友だちのテンションは上がるでしょう？
丁寧に言葉を選ぶなかで、お弁当の新たな魅力に気づけるはず！

LET'S TRY!

- ① お弁当を売り込みたい相手を決める
- ② その人の知られざるニーズを探り、
アピールポイントを書き出す
- ③ あなたのセンスで、②を伝えるための
グッとくる一文を考える

TRAINING
2

おかずにぴったりな お弁当箱を設計してみよう

お弁当箱の定番型と言えば、長方形、楕円形、円形。
しかし、必ずしもその形でないといけないわけではありません。
もし、ゆで卵専用、いちご専用のお弁当箱があったら……？
お弁当の中身から、自由に容器を設計してみましょう！

LET'S TRY!

- ① 食べたいメニューを考える
- ② ①を安定的に収納し、おいしく食べるために
必要な容器の形状を描いてみる

TRAINING
3

お弁当を全自動でつくる ロボットを思い描いてみよう

朝の出発時間から逆算して、お弁当が出来上がるまでには、
どんな工程を、どんな時間配分で実行すればよいでしょうか。
実は、あなたの頭に浮かんだプロセスこそ、ロボットづくりのヒント。
煮物とお浸しを等量に分けて詰め、ハンバーグを焼いている間に
調理器具を洗ってくれる……そんなロボットは、どんな形？

LET'S TRY!

- ① お弁当のメニューを決める
- ② 工程を書き出し、時間配分を考える
- ③ ②を実現するための、ロボットの形状や
素材、機能を検討してみる

TRAINING
4

お弁当箱のサイズを 道具を使わずに 測ってみよう

自分の手をものさしにしてみましょう。
お弁当箱の深さは、人差し指の第2関節くらい。
幅は、手をひらいたときの、親指から小指くらいの長さ。
蓋を閉めたときの高さは、げんこつの頂点くらいでしょうか。
身体を尺度にして、お弁当箱の大きさを体感してみましょう！

0 1 2 3 4 5 6



LET'S TRY!

- ① 手の幅や指・関節の長さを基準にする
- ② お弁当箱やかずスペースの
長辺や短辺、深さ、高さを測る

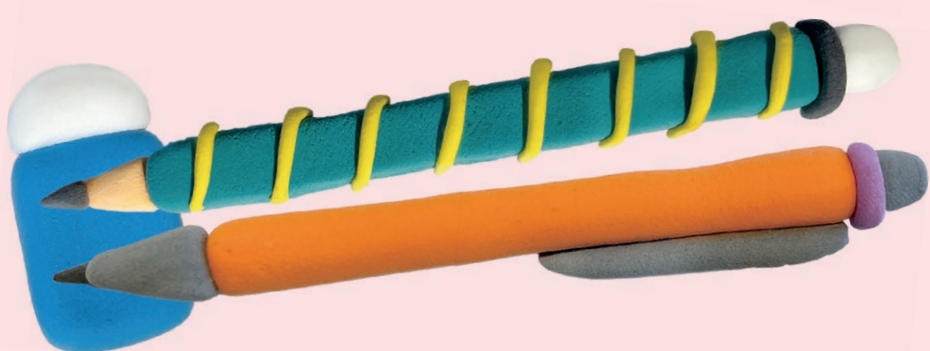
TRAINING
5

箸やスプーン、フォークを 使わずに食べてみよう

爪楊枝を使う、紙をスプーン状に折る、
あるいは、指先で食べ物をつかんでみる。
挟む、乗せる、すくうなど、食器の機能に
注目すると、いつも使っている道具に代わる
新しい発明品が生まれるかもしれません。

LET'S TRY!

- ① あえて箸やスプーン、フォークを使わない
- ② なんとか工夫してお弁当を食べる
※ 衛生面には、くれぐれもご注意ください！



お弁当で鍛える!?

“妄想力” トレーニング

妄想力を鍛えるチャンスは、日常のあちこちに潜んでいます。

「お弁当」に焦点をあてて、新たな視点を獲得する、7つのトレーニングをご紹介します！

吉田裕彦先生
建築設計学科

「妄想」と聞くと、現実味のない空想を頭のなかで繰り広げる無駄なことと思うかもしれません。でも、イメージを大きく膨らませる力こそ、実はものづくりのカギなんです！ 設計士やデザイナー、大工、エンジニアなどは、その「妄想力」をもって、みなさんが普段目にする建築や機械などを生み出しています。「妄想するのが好きだなあ」というあなた。その力を社会で生かしてみませんか？

TRAINING
6

お弁当をつくるための 材料費を計算してみよう

20粒入りのミニトマトパック300円から3粒を使ったとしたら、
300円÷20粒×3粒＝45円……と計算すると、総額はいくら？
材料の選定や予算管理も、ものづくりに欠かせない要素です。

LET'S TRY!

- ① お弁当の材料・量をメモする
- ② スーパーに行き、価格を確かめる
- ③ ①②をもとに材料費を算出する

TRAINING
7

友だちとおかずを1品交換し、 レシピを教わりつくってみよう

まずは、気になるおかずを選んで交換。
おいしく食べたらレシピを聞き、今度は家で調理してみましょう。
自分の舌と、教わった方法を頼りにつくったおかずは、
一体どんな味に……？ 自分自身の感覚と、
相手のイメージをすり合わせることも、
ものづくりの醍醐味です。

LET'S TRY!

- ① 友だちとおかずを1品交換し、よく味わう
- ② レシピを教えてもらい、メモしておく
- ③ 材料を揃え、実際につくってみる
※ ②③はおうちの人にサポートを頼んでもOK！



OCTではこんなことが学べます

いつか住宅や店舗をつくりたい！
という夢があるあなたは……

I 部建築学科・ II 部建築学科（夜間）

建築設計・施工・設備・デザインの基本的な知識と技術に加え、企画力や設計力、プレゼンテーション力、発想力を習得。分野を超えた協働のできる人材を育成します。

空間コーディネーターがしたい！
というセンス溢れるあなたは……

インテリアデザイン学科

インテリア・建築・プロダクトが学びの軸。人の暮らしとともにある空間を生み出すべく、多様な視点からものごとを創造し、柔軟な提案ができる力を培います。

自分の手で建物を建てたい！
というDIY派のあなたは……

大工技能学科

現役の大工である専門教員の実践的な指導で、規律、チームワーク、マネジメント能力など、現場で対応できる総合的な仕事力を習得。プロの建築技術者を育みます。

自分でロボットをつくりたい！
というメカ好きのあなたは……

ロボット・機械学科

21世紀の社会において期待が高まるロボット・機械の分野。実践的な授業から知識と技術を身につけるとともに、仕事に必要なマネジメント能力、問題解決能力を養います。

確かな学びを育む3つのポイント

1

長きにわたる歴史と伝統

1895（明治28）年の創立以来、時代の変化を見据えた高い技術力の養成を続け、日本の工業技術の発展に寄与する多くの技術者を輩出してきました。

2

徹底した実践教育と就職支援

第一線で活躍する建築家やデザイナー、行政や企業との産官学連携プロジェクトを展開。社会のなかで実務能力を育み、就職活動をサポートします。

3

将来の夢を叶える資格取得支援

技術者が活躍する業界には、資格をもっていなければ携われない仕事がたくさんあります。将来の夢を叶える第一歩として、資格取得を全力で支援します。

在校生の2年間を追うゆる〜いドキュメンタリー



学校法人福田学園



大阪工業技術専門学校

OSAKA COLLEGE OF TECHNOLOGY

〒530-0043 大阪市北区天満1丁目8-24



各イベントに関する
お申込みは

<https://www.oct.ac.jp/>

お電話での
お問い合わせは

☎ 0120-0910-19