添削用シート・フォーマット

※一部の枠のみの記入や未完成でも構いません。また、時間の関係上、すべて添削できない場合があります。

**【自己PR　（400字程度で記入）】**

|  |
| --- |
|  |

**【学生時代に力を入れたこと　（400字程度で記入）】**

|  |
| --- |
|  |

**【自己PRの構成例】**

|  |  |
| --- | --- |
| **自己PR** | **記入例** |
| A.結論 |  | 私は 「自主性」があります。 |
| B.経験 |  | 学生時代に「居酒屋でのアルバイト」に力を注ぎ、 |
| C.行動 |  | その中でも特に、 「常連さんを増やすこと」に力を入れました。 |
| D.理由 |  | なぜなら、 常連さんになってもらえれば 毎月一定の売上が確保できますし、 そのために努力する姿勢は他のお客様の満足にもつながると考えたからです。 |
| E.どのように |  | そこで、まずはお客様の名前を覚えることや、注文などの際に ちょっとした会話をすることを意識しました。 最初はうまくいきませんでしたが、続けたことで私のシフトに合わせて お店に来てくれるお客様もできました。 |
| F.結果得たもの |  | この経験から受け身ではなく自発的に行動することの大切さを学びました。 |

**【自己PRの実例ワード】**

**❚A.結論**

私の長所は●●です。

自主性・持続力・努力家・向上心 ・ 計画力 誠実性・積極的 ・ 責任感・主体性・実行力・行動力・忍耐力 ・ 負けず嫌い ・ 協調性・課題発見力 リーダーシップ・交渉力・社交性・分析力・柔軟性・傾聴力・発信力 ・ 好奇心 ・ 判断力・論理的・理解力・吸収力・発想力・洞察力

|  |  |
| --- | --- |
| 意思 | 「最後までやり抜く強い意思と覚悟」があります。 |
| 課題解決 | 「論理的思考力を持ち、課題を解決する力」があります。 |
| 課題解決 | 自らの人柄で、相手の信頼を勝ち取ることができます。 |
| 価値創造 | 変化を楽しみ、これまでにない価値創造することに挑むことができます。 |
| 好奇心 | 人が好きで、何事にも好奇心を持って取り組みます。 |
| 向上心 | 常に成長しようとする向上心、意欲があります。 |
| 向上心 | 志を持ち、さらなる飛躍を目指す向上心を持っています。 |
| 行動 | 変えることを楽しみ、情熱と意思を持って行動できます。 |
| 行動 | 「自ら切り開いていく力」を持っています。 |
| コミュニケーション | 自ら周囲に働きかけ、大きな力を生み出すことができます。 |
| コミュニケーション | 「みんなで協力して進めるパワー」を持っています。 |
| コミュニケーション | 周りを巻き込みながら物事に取り組むことができます。 |
| コミュニケーション | 当事者意識を持ち、周囲を巻き込むことができます。 |
| 実行 | 新たな発想と実行力でさらなる変革を起こす意欲があります。 |
| 情熱 | 強い意思と情熱を持っています。 |
| 誠実 | 誠実さを持ち、チームワークを大切にします。 |
| 成長 | 感謝の心を持ち、自己成長したいとの考えを持っています。 |
| 成長 | 自覚を持ち、成長と挑戦できます。 |
| 創造 | 常に新しいものを生み出していく創造性を持っています。 |
| 挑戦 | 高い目標を掲げ、チャレンジしていくことができます。 |
| 挑戦 | 何事にも果敢にチャレンジするエネルギーを持っています。 |
| 挑戦 | 周囲を巻き込みながら自らも改革し挑戦し続けることができます。 |
| 挑戦 | 情熱を持って挑戦し続けることができます。 |
| 挑戦 | 志高く情熱を持ち自ら切り開いていくことができます。 |
| 挑戦 | どんな時でも変化を恐れず挑戦します。 |
| 自ら | 自ら学び、自ら考え、新たな価値観の実現に向けて挑戦できます。 |
| 自ら | 自ら考え判断し、何ごとにもチャレンジします。 |
| 自ら考え | 目的意識を持ち自ら考え行動できます。 |
| リーダーシップ | 強いリーダーシップを持って行動することができます。 |

**❚B.経験**

**先輩の自己PR・ガクチカの材料ランキング**

　1位　アルバイト

　2位　学業

　3位　スポーツ（部活・サークル）

　4位　資格取得

　5位　サークル

　6位　ボランティア

**少し具体的に書く**

　（例）ホームセンターの接客のアルバイトで

　（例）小学校低学年を対象とした個人経営の塾講師のアルバイトで

　（例）マーケティングを専攻するゼミで

　（例）100人のメンバーが所属する全国屈指の強豪のサッカー部で

　（例）高校時代、強豪ではないテニス部で

　（例）宅建資格取得に向けて

　（例）大学公認のボランティアサークルに所属し

　（例）学生時代、6か月間にわたるカナダへの留学で

**❚C.行動**

**①　課題、問題点はあった？→その解決に挑んだ**

　（例）コミュニケーション不足から起こる、注文のミスを減らすことに力を入れました。

　（例）チーム内の目標が共有されないことから、目標を明確にし一致団結して取り組めるチーム作りを目指しました。

　（例）忙しくて資格の勉強をする時間を取れないため、時間の確保と効率的な学習を行いました。

**②　どういう状態が理想だった？**

　（例）学年問わずコミュニケーションが取れる部を目指しました。

　（例）様々な要望を持つすべてのお客様が満足した時間を過ごせる接客を目指しました。

**③　言われていないけど（裏で）頑張ったことは？**

　（例）部員が練習に専念できる環境づくりに努めました→誰よりも早く来て用具の準備するなど

　（例）快適に過ごせる店内環境づくりに努めました　　　→空いている時間に清掃したなど

　（例）商品知識について業務時間外にYouTubeを見て勉強しました。

**④　困難だったことは？**

　（例）多く寄せられるクレームの対応に適切に対応することに力を注ぎました。

　（例）発表資料を分かりやすく伝わる内容にすることに力を注ぎました。

**⑤　工夫したことは？**

　（例）学習計画を策定し、計画的に勉強に取り組みました。

　（例）オリジナルの練習メニューを作成することに力を注ぎました。

　（例）気軽に参加できる同窓会にするために様々な工夫を行いました。

**⑥　人と協力したことは？**

　（例）ゼミの4人のメンバーで発表資料を作成しました。

　（例）バイトリーダーとして、長く働ける環境づくりに努めました。

　（例）できるだけ多くの方から話を聞くことを心掛けました。

**⑦　誰かのために頑張ったことは？**

　（例）子どもが勉強を好きになってもらうために、努力しました。

　（例）お客様にストレスなく買い物をしてもらうために尽力しました。

**❚D.理由**

**①自分の成長のため**

　（例）視野を広げたいと考え

　（例）専攻分野以外の幅広い知識を得るため

　（例）最後までやり抜くことが、自分の成長につながると考え

　（例）英語での真のコミュニケーションを身に付けたいと考え

　（例）誰かの力になることが自分の喜びに感じる性格のため

　（例）多様な価値観に触れることが自分の成長になると考え

**②誰かのため**

　（例）目的をもって来店されたお客様に少しでも快適に過ごしていただきたいと考え

　（例）様々な目的をもって入部してくれたメンバーに大切な経験をしてもらいたいと考え

　（例）それぞれ勉強に対して異なる悩みを抱えている子供の力になりたいと考え

**❚E.どのように**

**① 「どのように」「行動」の部分は最も多くの文量を割く。1つの行動でなく2つくらい書く**

　（例）空いている時間に「掃除」をしたり、後輩に分かりづらい点を教えるなど、・・・・

　（例）資格の勉強において、学習計画を策定し、また1時間の電車での通学時間を勉強に充てるなど

**②当たり前でなく、誰かに言われたわけでなく、工夫したことを**

　（例）課題をこなすだけでなく、自分が興味を持った点について、実際に博物館へ行って学芸員に聞くなど・・・

**③具体的に数字を入れる。絵が浮かぶように**

　（例）毎日5時間以上は勉強に打ち込みました。

　（例）接客の心構えに関する10ページのマニュアルを作成し、スタッフ全員に配布しました

**④できれば他者と関わった話を入れる**

　（例）店長に提案し、小グループでの勉強会を週に1回開催しました。

**❚F.結果、得たもの**

**①結果・気づき**

　（例）国際学部217名3位の成績を修め、表彰されました。

　（例）お客様からお褒めの言葉をいただけました。

　（例）自発的に行動することの大切さに気付きました。

　（例）全員が同じ方向を向いて行動するチームになりました。

**②得たもの・今後に向けて**

　（例）受け身ではなく自発的に行動することの大切さを学びました。

　（例）課題を見出し、問題解決に努める姿勢を大切にしています。

　（例）社会人になっても、相手に寄り添った対応を心掛けたいと考えています。

　（例）この経験で培った「自主性」を今後も活かしていきたいと考えています。

**【生成AI（ChatGPT/Gemini等）の活用例】**

**①以下フォーマットに入力（箇条書き）**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **記入例** |
| **長所は？** | ・課題を発見できる・問題解決できる |
| **具体的なエピソードは？** | ・居酒屋チェーン店でのアルバイト・ホールで接客 |
| **どんな状況？** | ・1日に100人以上来店する大型店・スタッフが常に不足する現場 |
| **どんな課題があった？** | ・忙しい時間に注文が集中する・待ち時間が長いとの口コミが多い |
| **どう考えた？** | ・効率的に業務を行いたい・スタッフ間の情報共有を図りたい |
| **どんな行動をした？** | ・店員間でミーティングの時間を作る・細かい作業まで分担表を作成 |

**②生成AIに以下文章を入力**



　以下エピソードを就職活動用の「自己PR」として文章化してください。

　長所：・課題を解決できる・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・（①をそのまま貼り付け）

**③生成された文章をさらに添削して精度を上げる**

　以下文章を就職活動の選考で通過するように添削してください。

　私の強みは、「課題を発見し、解決策を実行する力」です。・・・・（②で作成した文章をそのまま貼り付け）

**④以下のような文章が作成された**

私の強みは、「課題を発見し、解決策を実行する力」です。

居酒屋チェーン店でのアルバイト経験で、この強みを存分に発揮しました。 大型店で1日に100人以上のお客様が来店し、スタッフが常に不足する状況でした。

私は、お客様の満足を第一に考え、接客に取り組んでいました。しかし、忙しい時間に注文が集中し、お客様を長時間お待たせしてしまう状況がありました。 お客様の不満の声を耳にするたびに、改善したいという気持ちが強くなりました。そこで、効率的な業務フローとスタッフ間の情報共有の仕組みを構築することで、問題解決に取り組みました。

具体的には、店員間でミーティングの時間を設け、注文状況やお客様のニーズを共有しました。さらに、細かい作業まで分担表を作成することで、役割分担を明確にし、スムーズなオペレーションを実現しました。 結果として、お客様の待ち時間を大幅に短縮することができ、「料理が早く提供されるようになった」「スタッフの連携がスムーズになった」と、お客様から好評をいただくようになりました。

この経験から、どんな課題も積極的に解決することで、お客様に喜んでもらえる仕事ができることを学びました。 貴社に入社後も、この強みを活かして、常に向上心を持って仕事に取り組んで貢献したいと考えております。

**【学生時代力を入れたことの構成例】**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 内容 | フォーマット | 事例01 | 事例02 | ポイント |
| **力を注いだこと** | 【01】を目標に【02】に力を注ぎました。 | 「業務の効率化」を目指し「居酒屋のアルバイト」に力を注ぎました。 | 「生徒が早く塾に行きたい！と思える塾」を目指し「塾講師のアルバイト」に力を注ぎました。 | ● 具体的に（ Bad ）飲食店のアルバイト（Good）中華料理屋の接客アルバイト |
| **性格考え方** | 私は、【03】な性格です。 | 私は、常にどうすれば現状が良くなるのかを考えて行動することを大切にしています。仕事をすることが本当に好きで、業務時間外でも、どうすれば業務が効率化されるか、お客様に満足してもらえるか考えることもよくあります。 | 私は、「自分の行動が誰かのためになる」ことに、心から喜びを感じます。どうしたら生徒の成績が向上するのかを業務時間外に考えることもよくあります。 | ●人となりがイメージできる（他との差別化できる）（Good）私は仕事が本当に好きで、業務外でもより良くするために考えることがあります。 |
| **現状の説明** | 現状は【04】であり【05】という課題がありました。 | 当初は、キッチンとホールの連携がうまくとれておらず、提供に時間を要することがありました。 | 当初は、生徒が前向きに学習に取り組む姿勢があまり見受けられませんでした。 | ● 端的に。マイナス面はできるだけ省く（ Bad ）業務は、接客、品出し、レジ等多岐にわたり、最初に入ったときにはパニックで仕事についていくのがやっとで、周囲の足を引っ張っていました。 |
| **考えたこと取り組んだ** | 【06】に原因があると考え、【07】のために【08】に取り組みました。 | 互いの業務を理解していないことが原因と考え、自ら店長に提案し、アルバイトでは唯一「キッチン」と「ホール」両方を担当することになりました。双方の懸け橋となることで、スタッフ間の信頼関係強化や、相互理解に繋げました。 | そこで、ただ科目を教えるのではなく「勉強が将来どう役立つか」「勉強って面白い」等を伝えることにも注力しました。また、生徒と積極的にコミュニケーションを重ねることで、生徒は目を輝かせて塾に通うようになりました。これらのノウハウを塾内に発信し、講師全体で共有しました。 | ● 当たり前でなく、誰かに言われたわけでなく、工夫したことを（ Bad ）業務を覚えるために、先輩を見て、必死に頑張りました。● 取り組んだことに最も多くの分量を割く● 具体的に数字を入れる。絵が浮かぶように（Good）毎日5時間以上は勉強に打ち込みました。（Good）接客の心構えに関する10ページのマニュアルを作成し、スタッフ全員に配布しました● できれば他者と協同した話を入れる（Good）店長に提案し、小グループでの勉強会を週に1回開催しました。 |
| **結果学んだこと** | この経験から【09】という結果（学び）を得ました。 | この経験から自分で考え、率先して行動することの大切さを学びました。 | この経験から現状に満足せず、能動的に行動することの大切さを学びました。 | ● 具体的に（Good）国際学部217名3位の成績を修め、表彰されました。 |