

進路相談員だより

第5号

令和5年8月8日

北海道教育庁渡島教育局キャリアプランニングスーパーバイザー上田 友洋

面

接

の

準

備

を

しよう

★★★★自己PRについて考えてみましょう★★★★

自己PRでは、高校時代に努力してきたことや、自分自身にどのような長所や魅力があるか、また、それを活かし、どんな社会人になりたいかなど、相手の印象に残るように簡単に伝えることが大切です。

長所や魅力を見つけることが難しいという人には、次のような方法があります。

自分では、なかなか気付かない自分の長所や魅力を知るため、先生や家族、友人等に自分の良いところや、人と違うところをインタビューしてみましょう。このとき、なぜそう思ったのか実例を挙げてもらいましょう。

インタビューの結果を、下のキーワードの□にチェックをし、それを基に自己PRに役立ててみましょう。



- 明るい 前向き 他人に親切 丁寧 思いやりがある ムードメーカー
- 行動力がある 計画性がある 向上心がある 気配りができる 体力がある
- リーダーシップがある 素直 親しみやすい 度胸がある 落ち着きがある
- 真面目 好奇心が強い 集中力がある 礼儀正しい 面倒見がよい 冷静
- 論理的 創造性が豊か 謙虚 活発 粘り強い 堅実 判断力がある

※ チェックが付いた項目が自分の長所や魅力の一部だと考えられます。
これを基に自己PRの作成に役立ててください。

面接官はココを見る

チェックポイントを知って対策をしましょう！

態度のチェックポイント

- 挨拶・お辞儀
- 身だしなみ
- 目線
- 表情
- 姿勢・歩き方
- 落ち着き

話し方のチェックポイント

- 言葉遣い
- 明るさ、元気さ
- 語尾まで話しきっているか
- 話すスピード
- 声の大きさ
- 聞きやすさ

話す内容のチェックポイント

- わかりやすさ、簡潔さ
- やる気、意欲が感じられるか
- 具体性、説得力があるか
- 自分の言葉で話せているか
- 質問に正対しているか
- 企業をよく調べているか