

ワークシート①自己紹介あれこれ

初めて人と会ったら、自分のことを相手に知ってもらうために、自己紹介をします。みなさんが、これから進学や就職をするときに、面接試験を受けることがあります。就職志望の会社を訪問するときや面接試験などで、自己紹介（自己アピール）がうまくできると、良い印象を持ってもらえます。相手に、良い印象を持ってもらうために、どんな自己紹介をするのが良いか考えてみましょう。

○ 目標

- ①いろいろな自己紹介のバリエーションを知ろう
- ②就活に向けた自己紹介の仕方を身に付けよう

1. 基本の自己紹介

自分の名前「僕（私）は、_____です。」
あいさつ 「よろしくお願いします。」

2. 自己PRのタネを考えよう

テーマ	タネ	タネについて（理由、詳しい説明など）
好きなもの （こと）		
とくいなもの （こと）		
今までにがんばったこと		
にがてなもの （こと）		
高校生活での 思い出		

ワークシート②就活に向けた自己紹介の仕方を身に付けよう

(1) どんな態度が良いだろう。7つのポイントを考えてみよう。

1	あいさつは	
2	姿勢は	
3	表情は	
4	目はどこを見る？	
5	声の大きさは	
6	話し方は	
7	言葉づかいは	

(2) 自己紹介

(私は) _____ 高校の _____ です。よろしくお願いします。

(3) よくある質問 (答え方を考えておこう)

質問	自分が考えた答え
どうしてうちの会社で働きたいと思ったのですか (志望動機が一番大切です。会社の印象や仕事のことなどについて話せると良い。例：製図が得意なので、自分の長所を生かせる仕事がしたいと思って御社を志望しました。)	
うちの会社に入ったら、何をやりたいですか (会社でがんばろうと思うことを話す)	
高校時代、がんばったことは何ですか (どんなふうがんばったか、エピソードを言えるとよい)	
とくいな科目は何ですか (科目名だけでなく、とくいなことを説明できる方がよい)	
あなたの短所は何だと思いますか (先生とも相談しておこう)	
休日には何をして過ごしていますか (何かしら活動を話す)	
趣味は何ですか (特に趣味がない時は「音楽鑑賞」や「読書」が無難です。)	
〇〇についてどう思いますか (例：「友情」についてどう思いますか)	

☆質問されたことに答えられない時

- ・すぐに答えられない時は、まず「ちょっと考えさせてください」と言おう。（返事をしないのではなく、考えていることが相手に分かることがたいせつ）
- ・わからない質問の時は、「すみません。そのことについてはよくわかりません。」ときちんと答えよう。「これから勉強します。」と、つけくわえても良い。

☆だまってしまうことが一番よくありません。

☆相手の目を見るのが苦手な時

- ・緊張してしまうと、目を見るのがつらい時がありますね。そういう時は、話している人の口元や、のどのあたり（ネクタイの結び目など）を見るようにすると良いでしょう。

☆会社の人々が2、3人いて、どこを見たらよいかわからない時

- ・質問した人の方を見て答えるようにします。特に質問されていないときは、まん中の人を見るようにすると良いでしょう。
- ・おへそやひざを話している人の方に向けると、きちんと見えます。

☆あちこち視線が動く（キョロキョロする）のが一番よくありません。

自己紹介：資料編

○態度の7つのポイント

1	あいさつは	はっきりと元気よく「おはようございます」「こんにちは」「失礼します」など
2	姿勢は	背筋を伸ばして、胸を張る。手は両脇にそえる（座ったときは膝の上にそろえる）。顔はまっすぐ前を向く（下を向かない）。
3	表情は	自然な笑顔（こわい顔やふざけた表情、口を開けたまま、などはマイナスの印象を与える）
4	目はどこを見る？	相手の方を見ましょう。目を見て話せるとベストだが、緊張してしまうときは相手の口元あたりを見ても良い。
5	声の大きさは	相手にはっきり聞こえる大きさで。
6	話し方は	はっきりと
7	言葉づかいは	ていねいな言葉遣いで。敬語が使えるようにがんばろう。

☆ていねいな言葉づかいについて練習してみよう

ふだんの話しことば	ていねいな言葉づかい
やばい	
先生が来た	
おとうさん・おかあさん	
ちょー気持ちいい	
ちょーがんばった	
校長先生が言った	
自分がやった	
あかん	
しんどい	
知っとう	