

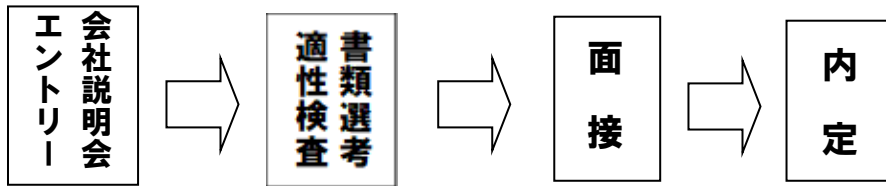
# エントリーシート対策講座

本講座ではエントリーシート(以下 ES と記載)の就活における目的や基本的な書き方をお話いたします。講座のあとに実際に ES を書き上げてみましょう。

## 本日の講座のねらい

『相手(人事)の意識を想像する』 『強みをアピールできる文章の土台作り』

## 採用スケジュールにおける応募書類(ES・履歴書)の位置づけ



※筆記試験と書類、面接などの順番は入れ替わることもあります

就活では、書類選考や適性検査を予選、面接を決勝に例えられることがあります。面接に呼んでもらえる人数には限りがありますので、企業によっては**予選通過のハードルがかなり高くなる**ことが考えられます。予選で敗退してしまえば、面接の準備がばっちりでも自信があつたとしても内定は絶対にありません。よって、内定を得るためにもまずは予選通過、**応募書類や適性検査(SPI など)の対策をしっかりと立ておかなければなりません。**

## 1 就活における応募書類の意味

Point! 就職活動とは「」である



つまり、就活においてエントリーシート(含む履歴書 以降 ES と記載)は、その際の**プレゼン資料・質の高いチラシ**のようなものといえます!

### 応募書類提出時の学生と採用担当者の関係



良い ES とは…

- ① どのようなテーマであっても「」できているもの
- ② 「」を想像して書けているもの

## 2 ES の三大タイトル

ES は人事が知りたいことを確認するために課すもの⇒確認しやすいテーマがある

- 1、自己 PR (長所)
- 2、学生時代に力を注いだこと (ガクチカ)
- 3、志望動機

### 3 何を書くべきなのか

自己 PR をするために「長所」（持ち味、強み）は必須事項

（よくある NG 例）

- × 他人に語らせる（長所は自分自身できちんと把握、理解出来ているかがポイント）
- × 自信なさげ（はっきりと自信を持ってわかり易く書くこと）
- × 長所の連打（長所は数で勝負するのではなく、説得力を持たせることで勝負する）  
→ 軸（長所）はひとつに絞るべき

#### 【面接場面想定ワーク】

人事：「あなたの長所は何ですか」

学生：「私の長所は〇〇です」

人事：「ではその長所を **発揮した**、大学時代の経験について

あなた自身の **行動面** を中心に **具体的** にわかりやすく説明してください

※実際の面接ではここまで詳細な質問はされません



**ESでもこれに沿って書けば良いのです！**

このタイトルで人事が知りたいのは「あなたはどんな人なのか？」に対する**過去からのアプローチ**です。

・体験談を**具体的**に書く（必要なことをしっかりと、回り道は不要）

長所 + 体験談 = 説得力

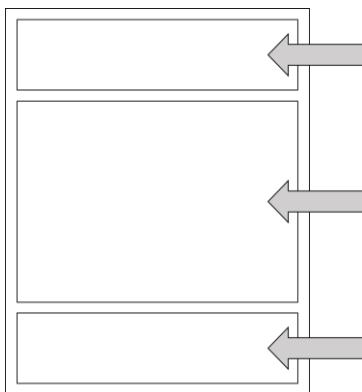
裏付け

その会社で役立つイメージ

証明

#### ◆基本構成について（自己 PR）

【構成例】 400 字以内で収まるように（9 割埋めましょう）

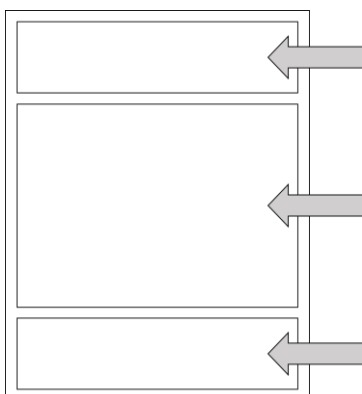


結論は先に書く

長所を發揮した体験談を**具体的**に書く

結論（決意表明など）入社後に長所を生かしてどうしたいかなど  
以上が一般的な書き方です。決意表明はなくても問題ありません。

#### 【構成例】（ガクチカ）

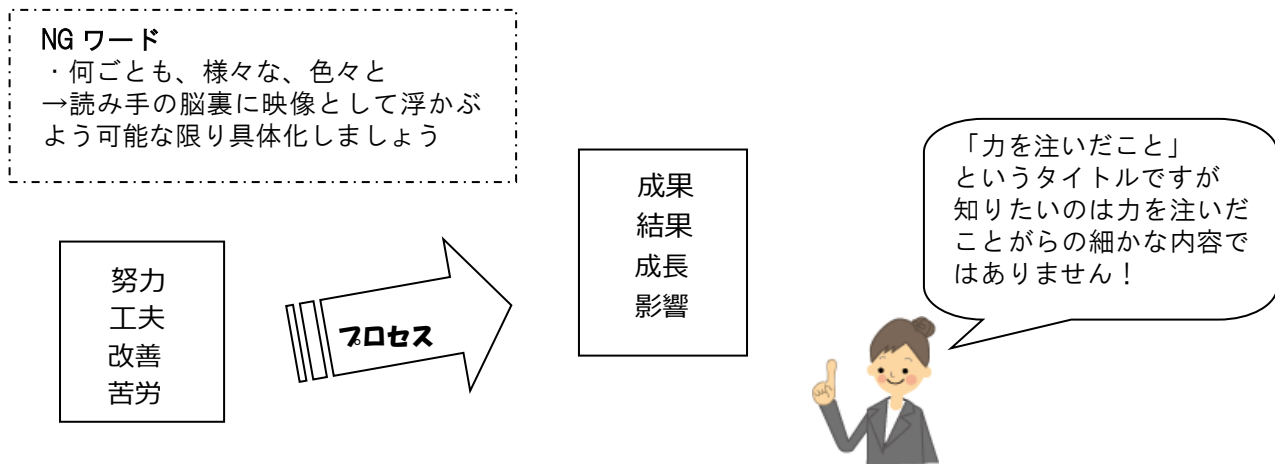


形式上の結論

長所を發揮した**経験談**（証明材料）

**真の結論**（長所）

「学生時代に力を注いだこと」で相手が知りたいのは、事例についての詳細ではなく、**その会社で発揮できる長所**の証明になる何を（What）どのように（How）頑張ったのかというプロセス。



どんな体験談を書けばよいのか…

【 サンプルワーク 】 サンプルを読み、どのように書けば自分の良さが伝わるか具体的に考えていきましょう。

#### サンプル1（自己PR（長所））

私の長所は向上心です。この長所は、飲食店のアルバイトで発揮しています。最初は仕事内容を覚える事に精一杯でした。しかし、他の従業員は多くのお客様に快適なサービスを提供できるよう行動していました。ある従業員は、親子で来店されたお客様がドリンクを注文した際、お子様の怪我を防ぐため、本来テイクアウト用である蓋付のプラスチックカップの提案をしていました。この行動は従業員全体に広がりました。私は与えられた仕事だけでなくお客様やチームへの貢献が働きやすいに繋がると気づき、自分らしい働き方を目指し行動しました。それは、相手の行動に着目した接客をすることです。常連のお客様への対応や急いでいるお客様など、お客様の立場に立って臨機応変に接客することで喜んでいただけるようになりました。その結果、お客様満足度の向上だけでなく、お店の売上にも貢献できました。今後も自分の向上心で周りの人々を幸せにしたいと考えています。

評価：

#### ・自己分析について

長所と経験談が浮かばない・・・ 自己分析をしましょう！  
ES作成だけでなく、企業・職種選びの際にも助けとなる  
自分一人で考えるだけでなく、**他者評価**を取り入れることもおすすめ。

#### ・AI利用について

活用することで時間短縮や考えをまとめることに役立ったりとメリットは大きい  
ただし、自分の言葉で書き直すことが大事。強い思いを伝えられたり、面接で聞かれた際にうまく答えられるようになる

#### 4 ワーク【経験→長所の確認】

■A～Cの順に書いても、C～Aの順に書いてもOKです。自分の長所と経験を紐づけていきましょう。

A：学生時代に打ち込んだこと	B：その中で努力・工夫苦勞して壁を乗り越えたこと	C：そこから得られた（発揮した）性格の特徴・強み	
チアリーディング部の活動	→ 怪我のリハビリ～復活	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ・粘り強さ</li> <li>→ ・計画性</li> <li>→ ・タフな精神力</li> </ul>	
	→ 後輩の実技指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ・指導力</li> <li>→ ・観察力</li> <li>→ ・対人理解力</li> </ul>	

#### 【参考資料】長所サンプル



下の長所サンプル例も参考に、「長所の引き出し」を充実させましょう。

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・指導力がある</li> <li>・集中力がある</li> <li>・忍耐力がある</li> <li>・バイタリティーがある</li> <li>・人間関係構築力がある</li> <li>・実行力がある</li> <li>・外向的である</li> <li>・冷静に分析する力がある</li> <li>・着実に物事を進められる</li> <li>・シミュレーションが得意</li> <li>・大胆である</li> <li>・精神的にタフである</li> <li>・攻めに強い</li> <li>・向上心がある</li> <li>・変化に柔軟に対応できる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リーダーシップがある</li> <li>・革新的である</li> <li>・社交的である</li> <li>・責任感が強い</li> <li>・粘り強い</li> <li>・活動的である</li> <li>・自主、自立している</li> <li>・企画力がある</li> <li>・気配りができる</li> <li>・理解力が高い</li> <li>・チャレンジ精神が旺盛</li> <li>・決断力がある</li> <li>・問題解決能力がある</li> <li>・臨機応変に行動できる</li> <li>・物おじしない</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誠実である</li> <li>・探求心がある</li> <li>・プラス思考で物事を考える</li> <li>・自ら進んで物事に取り組める</li> <li>・コミュニケーション能力がある</li> <li>・段取りを組むのが得意</li> <li>・情報収集力がある</li> <li>・論理的思考力がある</li> <li>・独創性が高い</li> <li>・適応力がある</li> <li>・ストレス耐性がある</li> <li>・自主的である</li> <li>・協調性がある</li> <li>・対人理解力がある</li> </ul> |
|--|--|--|


## 5 ワーク【自己PRの設計図】

ワークを使って、ESの自己PRパターンを論理的に組み立てましょう。(400字程度のESになるように)

「C:そこから得られた性格の特徴・強み」の中からPRする長所を選び、

その長所を下のワークの  2か所に書き写し、着地点を決めてから他の  を埋めてみましょう。

私の長所は

 です。

ワーク C:ここで得られた性格の特徴・強みの中から一つ選んで書き写す。

次に、ここで決めた着地点の証明になるエピソードを選びます。

私は大学時代



に取り組みました。

を頑張ってきました。

ワーク A:学生時代に打ち込んだことを書き写す。複数書けている場合は、その長所と矢印がつながっているものを記入。

着地点に向かうこと、その証明をしていく意識を忘れずに、どうしてそれをやったのか(目的意識)、取り組み内容、努力、工夫、苦労したことなどを具体的に書きます。

例えば・・・、具体的には・・・(what=何を、How=どのように の部分を具体的に書く)

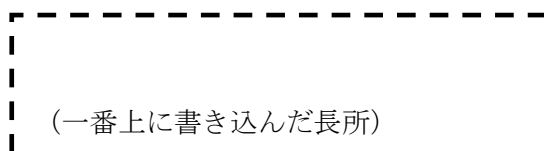


そこで得たもの、学んだこと



Check!

それを一言で言うと

  
(一番上に書き込んだ長所)

の流れになっていますか?

## 6 志望動機について

志望動機は、特に皆さんの「入社後の」熱意をはかるテーマです  
そのため、「  
」は不可欠  
→

まずは、こんな仕事がしたい！ この仕事なら自分の強みを生かせそう！ を考えてみましょう

・その(応募)企業でできることですか？

→企業研究の必要あり

・その企業でどのように貢献できますか？

→長所が発揮できることを示す

### ◆企業研究について

#### 【 サンプルワーク 】

自己成長が図れると感じたからです。働くということ、自分にとって会社とは何なのか。という点を考えてみたところ、会社とは自己成長の場であると考えました。例えば現在自分の働いている会社が何らかの理由でなくなってしまったとしても、他でも通用するだけの実力を持っていたい。私は働くといったことを通して、そういった人間力を身に付けたいと思いました。その自己の成長する過程の中で利益という形で会社に貢献できればと考えます。

評価：

「自分が会社に対して何ができるのか」は書かれていない

「会社は自己成長の場」

→会社を踏み台するかなのような印象を持たれてしまうかも…

(こんな内容も避けましょう)

× 処遇がよいから、 × 社員教育が素晴らしいから × 研修制度/福利厚生が整っているから

#### 「志望動機」のベースを作ってみよう (まずは箇条書きで OK)

本日の講座のあとにじっくり取り組んでおきましょう！

① どんな仕事がしたいか

② その仕事に必要なことは何か

③ ②についてあなたのどんな長所が活かせるか

企業が求める人物像と適合しているかどうかも重要です。企業研究をじっくりと行って、実際の仕事内容についても深く知っておきましょう。