

芝浦工業大学のみなさんへ 「PROGの強化書」を使って エントリーシートを 完成させよう

株式会社リクルート 熊谷 信裕

選考担当者が知りたいこと



自己PR・学生時代に頑張ったことを聞く理由

知りたいこと 自社が必要とする特徴を持っているか

大学のサッカー部では
自分で〇〇の目標を
立てて行動しました

自分で目標を立てて
行動できる人だな

過去の経験から推測

伝わる自己PRのコツ

- ①「出来事」の前で、どのように取り組むか？
 - ・なぜ、その行動をとったのか？
 - ・何を課題と感じたのか？
- ②「出来事」の中で、どのような行動をとるか？
 - ・課題に対して、どのように取り組むのか？
 - ・他人とどのように関わるのか？
- ③「出来事」の後で、どのように受け止めているか？
 - ・どのような次につながる学び・教訓を得たか

※5W1H・数値を盛り込んで具体的に書く
(いつ・どこで・誰が・何を・なぜ・どのように)

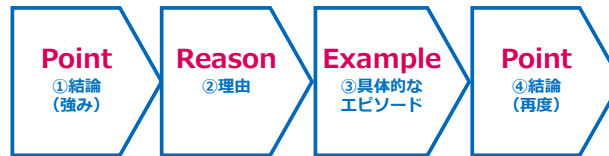
PROGの強化書 記入サンプル

強みと思う ジェネリックスキル	本質理解
「そのジェネリックスキルが身についた経験」や「発揮したエピソード」 授業内のグループに分かれての研究発表に取り組み、疑問に思ったことは納得できるまで本質的なことにこだわることの大切さを学んだ	
自己PR	いつ頃の出来事？ 期間や頻度は？
	2年生秋の電子工学実習の授業、3か月間のグループ研究
	どこでの出来事？ 何をしました？
	グループ全員で発表するための資料を作成していた時に、結果がまだはっきり出ていない数字をみんなが使おうとした。私は実験を正確にやって再度数字を出そうという提案をして、みんなを説得して再度実験で数字を出した
	その出来事の背景にはどんな課題があった？
	自分たちが実際にしていない実験結果の数字を使うことは効率的かもしれないが、この発表をするためには全部実験で得られた数字を使うのが、本質的だと感じたから
	どんな苦労があった？ そこで工夫したことは？
	実験をもう一度するのは面倒くさいと思うグループのメンバーもいたもので、本質的な実験結果を出すために必要だということを説得して受け入れたもらった
	どんな成果、結果を出した？ このことから何を学んだ？
	実験の本来の目的を達成することができ、少し時間はかかったが納得できる研究発表できた。メンバーも納得してくれた。物事の本质を大事にすることで周りも動いてくれるし、信頼感も作れる

出典：リアセック社「PROGの強化書」より

伝わる文章の基本設計図とは

文章作成のフレーム「PREP法」をマスターしよう



自己PRサンプル

自己PR	Point ①結論	私の強みは本質を理解して行動する力です。
	Reason ②理由	授業内の研究発表に取り組み、疑問に思ったことは納得できるまで本質的なことにこだわって取り組みました。
	Example ③具体的なエピソード	2年生秋の電子工学実習の授業は、3か月間のグループ研究でした。そこで発表するための資料を作成していた時に、結果がまだはっきり出ていない数字をみんなが使おうとしたことがありました。しかし私は自分たちが実際にしていない実験結果の数字を使うことは効率的かもしれないが、この発表をするためには全部実験で得られた数字を使うのが本質的だと感じました。そこで私は実験を正確にやって再度数字を出そうという提案をしました。しかし数字を出す実験をもう一度するのは面倒くさいと思うグループのメンバーもいたもので、本質的な実験結果を出すために必要だということを説得、何とか受け入れてもらいました。その結果実験の本来の目的を達成することができ、少し時間はかかりましたが納得できる研究発表でき、メンバーも納得してくれました。
	Point ④結論(再度)	このように物事の本质を大事にすることで周りも動いてくれるし、信頼感も作れるので、その強みを活かして貴社でも本質を大事にした研究に取り組んでいきたいと思えます。

「OpenES」とは

あらかじめ登録したエントリーシート、履歴書を 複数の企業に提出することができるリクナビの機能



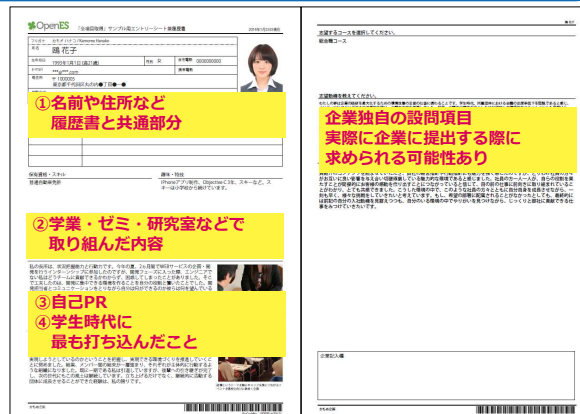
エントリーシートを登録

利用表明企業
約5,212社

リクナビ2023データ (2022年3月31日時点)

*画像はすべてイメージです。実際の画面とは異なることがあります

OpenESの出カイメージ



*画像はすべてイメージです。実際の画面とは異なることがあります

OpenESを使うときはこちらから (アプリ)



ホーム画面より
スクロールしてバナーをタップ

※クリックすると
WEBサイトに遷移します

*画像はすべてイメージです。実際の画面とは異なることがあります



自己PR例

Aさん

私の強みは周囲の人とよい関係を築けることです。私はどんなときでも周囲の人と良い人間関係を築くことができます。特に所属ゼミの場面で発揮しました。私のゼミでは、日本のエネルギー自給率が低いことに関する研究について学んでいます。学ぶ中で自然エネルギーをどのように推進していくかという課題がありました。私は周囲のメンバーをサポートする役割を担っており、みんなの意見をとりまとめ、調整しました。その結果、前期のゼミの発表論文ができました。今後も、チームワークを大事にしていきたいです。

- STEP 1 「強み」とそれを裏付けるエピソードにズレがないか？
- STEP 2 解決すべき課題や達成すべき目標は具体的か？
- STEP 3 なぜその課題・目標設定したのかの理由やその時の気持ちが書かれているか？ 重要
- STEP 4 目標・取り組み内容に対する結果と試行錯誤の過程は具体的に書かれているか？
- STEP 5 「強み発揮のしかた」は動く場面をイメージできているか？

STEP 1 「強み」とそれを裏付けるエピソードにズレがないか？

キャリアアドバイザー



人事は論理性を見ています！
読み返してみてズレがあれば、その強みを伝えたいのか、もしくはエピソードを伝えたいのかを考え、どちらかに合わせて修正しましょう

Before

私の強みは周囲の人とよい関係を築けることです。私はどんなときでも周囲の人と良い人間関係を築くことができます。
～中略～
私は周囲のメンバーをサポートする役割を担っており、みんなの意見をとりまとめ、調整しました。その結果、前期のゼミの発表論文ができました。

After

私の強みは周囲の人とよい関係を築き、さりげないフォローを通して成果に貢献できることです。
～中略～
私は、周囲のメンバーが少しでも意見が言いやすいようオンラインでの意見出しの際には、必ず議論の過程をメモで投影し、打ち合わせが終わった後に言い残したことや理解できなかったことはないか確認をしました。その結果、無事に前期のゼミの発表論文ができ、他大学の先生や学生からも高評価をいただきました。

STEP 2 エピソードの解決すべき課題や達成すべき目標は具体的か？

キャリアアドバイザー



詳しく書いているつもりでも意外と人事には伝わっていない場合も！

- ① 目標や課題の難易度がどれくらいなのか？
読み手に伝わりますか？
(前年までの比較や客観的な数字を使って説明を加えましょう)
- ② どれくらいの期間で解決・達成したい目標だったのか納期・期間を書いてみましょう

Before

私のゼミでは、日本のエネルギー自給率が低いことに関する研究について学んでいます。学ぶ中で自然エネルギーをどのように推進していくかという課題がありました。私は周囲のメンバーをサポートする役割を担っており、みんなの意見をとりまとめ、調整しました。

After

私のゼミでは、日本のエネルギー自給率が低いことに関する研究について学んでおり、自然エネルギーをどのように推進していくかという課題に対しての解決策を6人グループで他大学合同ゼミで発表する機会がありました。急速参加が決まり、前年度の約半分の2か月しか準備期間がなく、打ち合わせもオンラインでしかできない状況でした。

STEP 3 なぜその課題・目標設定したのかの理由やその時の気持ちが書かれているか？ 重要

キャリアアドバイザー



「理由」「気持ち」の描写であなたらしさを伝えましょう

- ・「過去の後悔」
- ・「一緒にやっていた仲間のため」
- ・「どうせやるなら最高のものを」
- ・「負けず嫌いなので悔しくて」
- ・「自分がやるしかないという責任感」 など

ここは少し砕けた表現になっても大丈夫。その時の理由や気持ちを率直に書くとおなたらしさが伝わりやすい自己PRになります

その時の気持ちは？なぜ取り組もうと思った？
を伝えることで、自分らしさが伝わる

キャリアアドバイザー



急に他大学合同ゼミで発表することになり焦ったけど、せつかくやるならみんなでない発表をしたいし、恥をかきたくなかったです

元々仲が良かった分、もしオンラインでコミュニケーションがうまくいかないことが増えて関係性が悪くなるのは嫌だと思っていました。急いで進めなきゃいけないから焦る気持ちで言い方きつくなったりもしそうで…

あなた



頑張ったことのテーマは

日常のあらゆるものに見いだすことができる

<例> アルバイト

「バイト仲間と仲良くなって店の雰囲気づくりをしていた」「お客さまにタバコを早く出せるよう写真を撮って銘柄を覚えた」

<例> 勉強

「卒業に向けて単位を取る為に自分なりの工夫や努力をしてきた」

コロナ禍をどのように捉えてどのように行動したのかを言語化できればアピールポイントになりうる

企業が知りたいのは最終的な結果そのものではなく「なぜそのような目標を設定し、それに向かってどう行動してきたか」というプロセスだから

- 1 「自分が一番時間を使ったこと」を糸口にする
2 ネガティブな行動も含め、深掘りしてみる
3 友人や親、学内のキャリアセンターの方など周囲の人に相談してみる

学生時代に頑張ったことを書くときの4つのポイント

- 1 意識ではなく、実際に行動したことを書く
2 数字で表せることは数字で書く
3 事例や型に当てはめる必要はない
4 書いたESは第三者にみせてチェックしてもらう

学生時代に頑張ったことの基本設計図

Table with 2 columns: ①概要, ②課題, ③目標, ④行動, ⑤結果. Content describes a student's experience with IT interest and qualification.

学生時代に頑張ったこと例

before
私が頑張ったのは情報処理技術者の資格取得です。高校時代からIT系に興味はあったのですが、大学時代はあまり勉強はしていませんでした。

より伝わる内容にするためのアドバイスポイント

before
私が頑張ったのは情報処理技術者の資格取得です。高校時代からIT系に興味はあった(※1)のですが、大学時代はあまり勉強はしていませんでした。
point
※1 元々ITのなぜ興味を持っていたのか、その理由も詳しく書いてみましょう

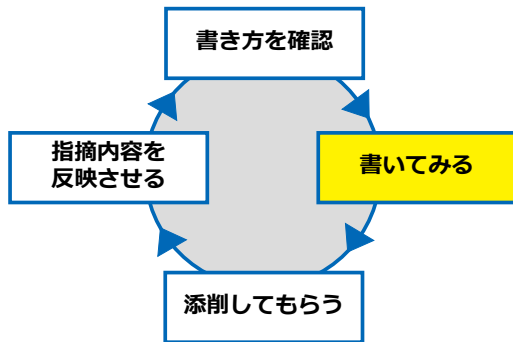
学生時代に頑張ったこと例

after
私が頑張ったのは情報処理技術者の資格取得です。小さいころからゲームをするのが好きで、いつかゲームのプログラマーになりたいと考え、大学も理工学を選びました。

「学生時代に頑張ったこと」フォーマット

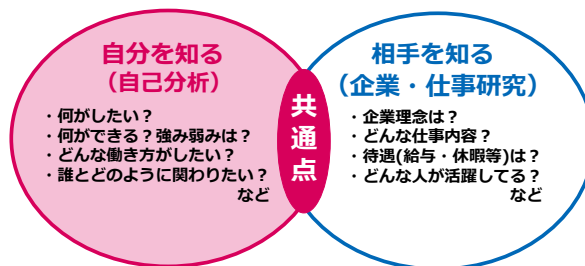
Table with 2 columns: ①概要, ②課題, ③目標, ④行動, ⑤結果. Content provides a template for describing student achievements.

まずは書いてみよう！

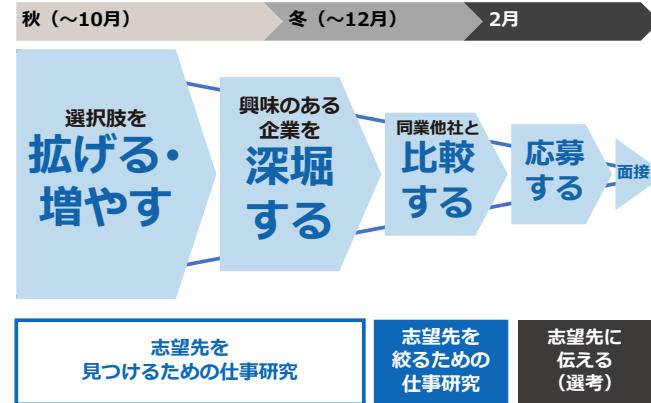


自分らしく働くために大切なこと

自分と相手(企業)のことをよく理解し、自分らしく働ける仕事を見つけることが大切！



仕事研究のステップは「広げる→深堀→比較」



リクナビ 就活準備WEBライブ

オンラインでインターンシップ&1day仕事体験ができる

リクナビ 就活準備WEBライブ

全国向け

事前予約限定特典

10/8(土)・10(月)・15(土)

22(土)・29(土)

開催時間 11:00▶20:00

参加予定企業

+8/23時点

ニッポンハムグループ | 楽天グループ | アサヒ飲料 | Sky | アサヒビール | 雪印メグミルク | 三菱電機 | 味の素AGF | パナソニックグループ | 講談社 | リゾートトラスト | Mizkan J plus Holdings | イトーキ | セキスイハイムグループ | タカラスタンダード | E & W | 三菱UFJ銀行 | 成田国際空港 | 日本水産 | Plan・Do・See

芝浦工業大学推奨 企業リスト

10月10日の参加企業紹介

大学おすすめ企業

- 機電系メーカー**
三菱電機、三菱自動車エンジニアリング、富士通グループ、クボタグループ
 - 化学・食品メーカー**
大正製薬、アサヒビール、日本触媒、伊藤忠ケミカルフロンティア
 - 建築・インフラ系**
積水ハウス、西日本鉄道、中電工、藤田建装
 - IT系**
日立システムズ、リコーITソリューションズ、NTTコムウェア
 - その他**
Plan・Do・See、楽天グループ、三菱UFJ銀行、朝日新聞社、毎日放送、日本政策金融公庫
- ここにあるのは一部です。他にもオススメ企業はたくさん。色々な企業を見てみよう

*詳細はリクナビ2024イベントページをご確認ください

開催当日の画面イメージ

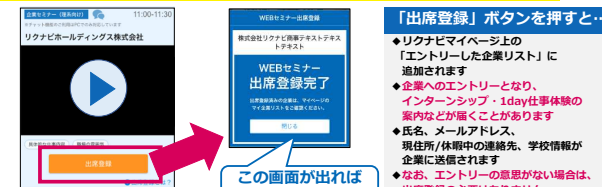
■リクナビの「WEBセミナー」画面から簡単に参加可能！



*一部企業(生配信企業)は、チャットでの質問が出来る

*同じ時間帯に視聴できる他の企業やセミナーを閲覧できる

■企業の話聞いて興味持ったら、「出席登録」ボタンを押そう！



- 「出席登録」ボタンを押すと…
- ◆リクナビマイページ上の「エントリーした企業リスト」に追加されます
 - ◆企業へのエントリーとなり、インターンシップ・1day仕事体験の案内などが届くことがあります
 - ◆氏名、メールアドレス、現住所/休暇中の連絡先、学校情報が企業に送信されます
 - ◆なお、エントリーの意思がない場合は、出席登録の必要はありません

*画面は開発中のものです。実際の画面とは異なります

リクナビ 就活準備講座のお知らせ Zoom配信セミナー

実践！業界・企業研究やり方講座

～自分に合う業界・企業とは？～

要予約・参加無料
各回先着500名
参加特典あり

予約はコチラから	予約はコチラから	予約はコチラから
10/4 (火) 18:10-19:10	10/6 (木) 18:10-19:10	10/13 (木) 18:10-19:10

※全日程同じ内容です。ご都合の良い回にご参加ください

こんな方にオススメ

- ☑向いている仕事・やりたいことがわからない方
- ☑業界・企業研究のやり方、情報収集の仕方に迷っている、選択肢を広げられない方

内容

- ☑業界・企業研究の進め方を知る
- ☑選択肢の広げ方を知る
- ☑企業理解を深める方法を知る

事前予約必須(視聴数制限あり)

※予約には「リクナビ2024のID」(※リクナビにログインする際に使うID)が必要です
※予約後に「予約完了・視聴URL」が送付されます

【お問い合わせ先】

リクナビ就活準備講座事務局 daigakubu_groupevent@s2.r.recruit.co.jp

※視聴URLにアクセスできないなど問題がございましたら上記お問い合わせ先までご連絡ください
※内容は変更の可能性があります