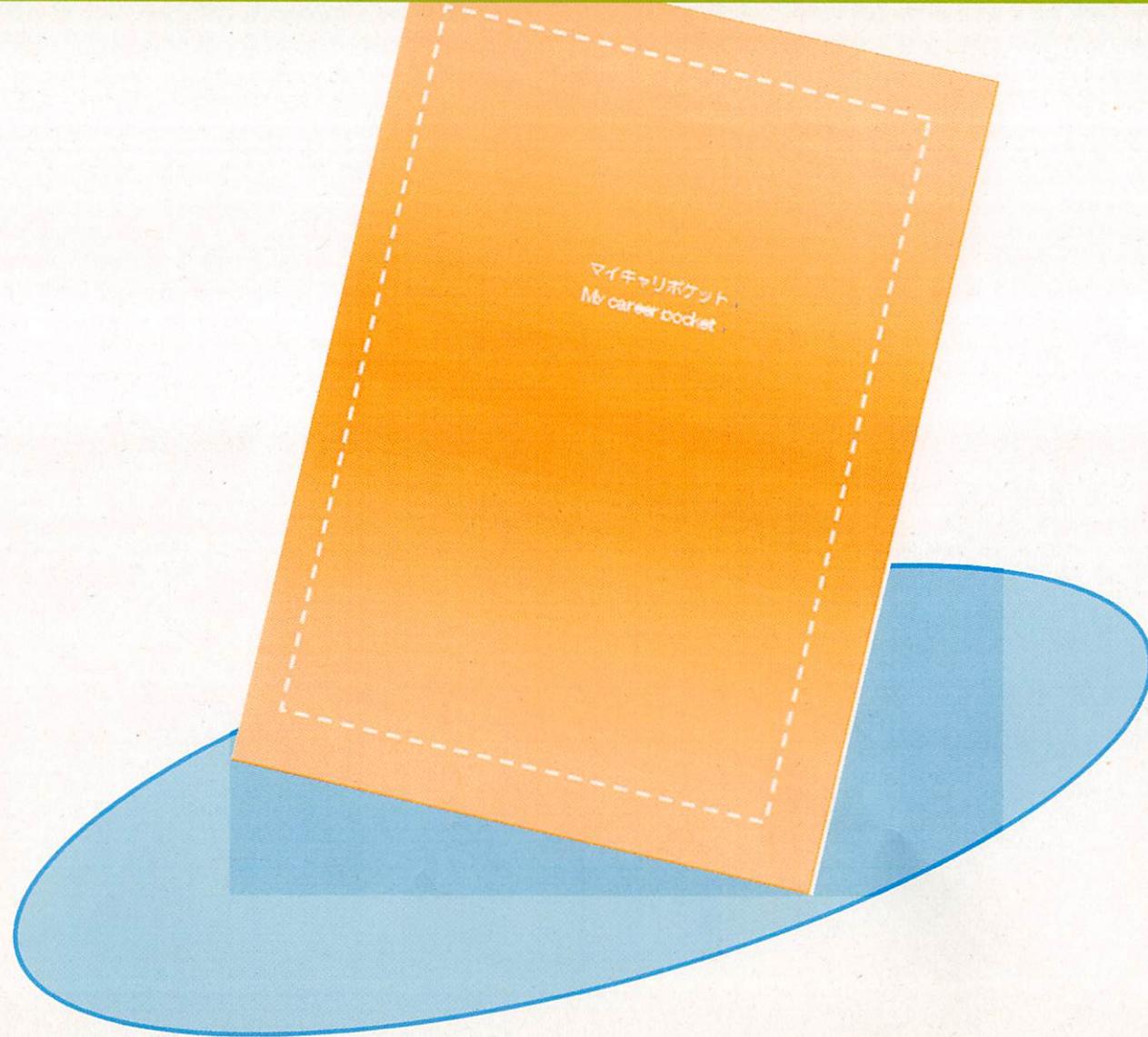


県大生のためのマイキャリポケット！



様々な活動の場面で活用してみよう！

活動名

団体名

活動日（平成 年 月 日～平成 年 月 日）回数（全 回）

Plan（活動の趣旨、目的、実施計画の理解）

Check（学びの成長についての理解）

Do（計画にもとづいた実行、活動状況）

Act（さらなる成長をめざした改善点）

学籍番号（ ）

活動名

団体名

Plan（活動の趣旨、目的、実施計画の理解）



Plan

活動の趣旨、目的を
考えながら計画を
立ててみよう

Do（計画にもとづいた実行、活動状況）

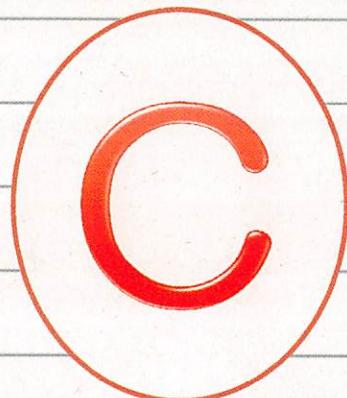


Do

計画をもとに
実行してみよう
どんな状況だったか
記録しよう

活動日（平成 年 月 日～平成 年 月 日） 回数（全 回）

Check（学びの成長についての理解）



Check

活動を振り返ってみよう

Act（さらなる成長をめざした改善点）

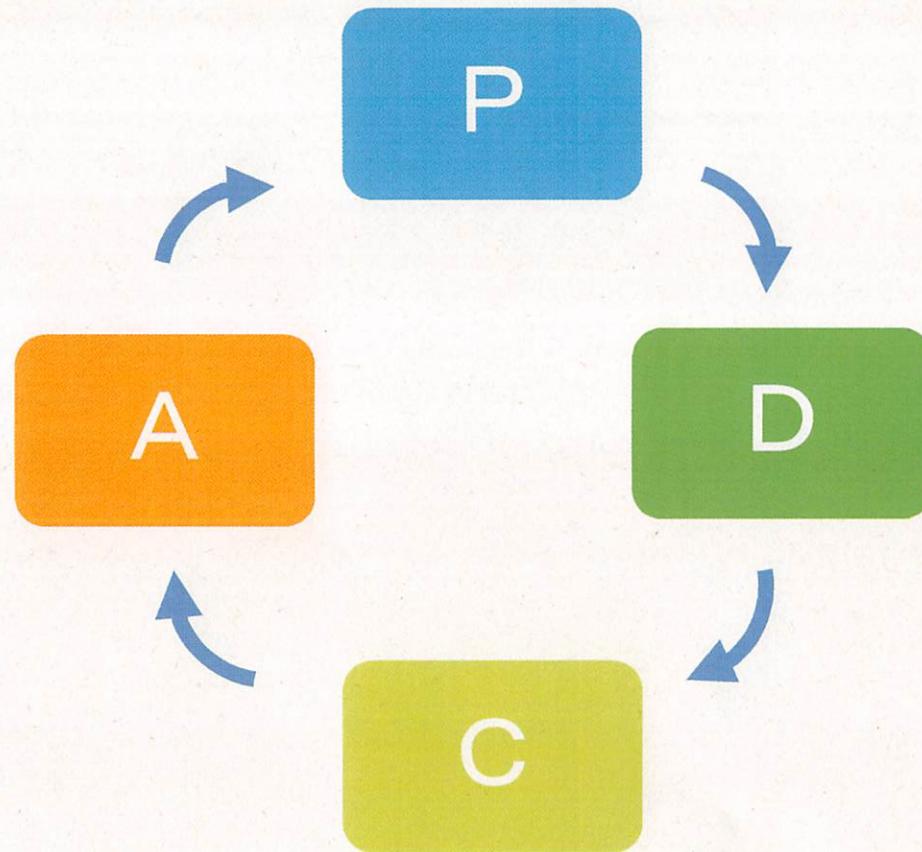


Act

次の活動に向けての課題
や気をつける点を書き出
してみよう

学籍番号（ ）

PDCAサイクルをどんどん回そう！



活動名 プロ・インターンシップ

団体名 たんがくの家

活動日(平成25年8月12日~平成25年8月16日) 回数(全5回)

Plan(活動の趣旨、目的、実施計画の理解)

まずコミュニケーション能力を高めるために、職種の間でどの様なコミュニケーションが行われているのか見見する。その際に、一人ひとりがどういう風に自主的な行動をしているのか、また積極的に行動をしているのかを見見し、スムーズに効率よく仕事をするためにコミュニケーションの仕方を学びたい。次に行動力を高めたいと思っているので、職員の方の仕事に対する考え方や思いをお聞きしたり、働く様子を見見したりして、自分の力を十分に出すための行動力や実践力を身につけていくと思っている。

特殊な環境の中であるたんがくでは、みなさんが仕事をすることに対してどのように向かっているのかを知りたい、また仕事のやりがいを知りたい。そこから私は仕事をする喜びや楽しさを学び、同じく実際たんがくでの仕事を伝わせてもらい仕事をする大変さや厳しさを学んで、将来私がどの様に働きたいのかを考える時に、それを活かしていくかと思っている。

Do(計画にもとづいた実行、活動状況)

たんがくのはなれに行つた。ヘルパーさんに付かせて頂いて、お仕事の一部を見見した。はなれでは、おむつ交換、体位交換、食事の補助を中心に行つてた。その際に、ヘルパーさんが入居者さんに私のことを全て紹介してくださいり、私は自己紹介とあいさつをして、その後一緒に声かけをした。また、おむつ交換や体位交換の際には軽くヘルパーさんの手伝いをやらせてもらえた。食事の際には一緒に注意深く見守ることが出来た。たんがくでは清潔さを保つために常に整理整頓することを心がけている様に思えた。上用と下用の物の区別をしっかりとを行い、衛生面でも細かい気配りがなされると感じた。また節約するために使える物は再利用して使用しており、例えは着らなくなつてTシャツを切って雑巾にする等を行つた。小さな積み重ねも漸く重要であると感じた。難聴の方に対しては、大きな声でゆっくりと話しかけることが出来た。自分から出来る二つを探して、お茶わん洗いを行つた。

Check(学びの成長についての理解)

コミュニケーションを円滑に行つるために、相手の話をよく聞くように心がけた。職員さんを見見して思つたことは、職員さん同士で情報交換を常にしていることである。小さなことでも気づいてることは伝え合つていいた。私はそこでお互いの信頼関係が生まれているのではないかと感じた。それとは逆に入居者さんとお話をさせてもらった時は、自己紹介やあいさつだけではなくて歯がゆい思いをした。また今日一日、私は自分からほとんど何も出来ずに、ヘルパーさんの方から積極的に仕事内容を教えてもらつたり、仕事をお手伝いさせてもらつたりと甘えた部分が沢山あつしまつたと感じた。私は疑問に思つたことを質問できなかつたり、受け身の姿勢のままで、言われただけしか行動出来ずになつた。そして私はヘルパーさんから仕事未経験者にこなすことの大切さを教えて頂いた。しかし、それには深い知識と実行することができる能力が必要であると感じた。私にはまだ身に付いていないものだと感じた。

Act(さらなる成長をめざした改善点)

まずは、入居者さんとの空間を大切にするために、話す時は高音にして、聞く時はしっかりと入居者さんの言葉に耳を傾むけることを心がけた。また職員さんとの関わりを通して、自主的にまたは積極的に行動が出来るようになるために、疑問に思つたことは一度整理をしてから質問したいと思う。もし明日から指示や重要な作業を受けていた時には必ず、職員さんに終わつたら報告をして、責任感を今よりもっと高めたいと思う。たんがくにおける基礎的なマナーやルールをしっかりと学び、同じ仕事をしていくメンバーとして認めてもらえるような行動をしていきたい。そして行き過ぎた行動は相手にとって迷惑になることを忘れずに行動をする。

マイキャリポケットと就活

- ・マイキャリポケットを活用し、積み重ねることで、就職活動の時に、自分の取り組んだことを振り返ることができる。