

進路ナビ

平成 27 年 6 月 18 日 (木)
第 3 1 号 千葉県立千葉工業高校
(15-3号) 進路指導部

準備開始！

さて、6月の面談週間も終わり進路資料室も賑やかになってきました。3年生はもちろん、2年生も求人票を見に来ている人がいます。そして、とうかすでに**進路室にはお客様が多くお見えになっています**。皆さん暑いからといってだらしない格好をしていませんか？ワイシャツのボタンを2～3個あけて、ズボンをまくり上げている人を時々見かけますが、とてもお客様にお見せできる格好ではありません。非常にみっともないのでやめていただきたいと思います。登下校の様子も車の中からよく御覧になっていますので、油断は禁物ですよ。**いつ誰に見られてもよい服装を心がけましょう！**3年生は言うまでもないですが、1・2年生も見られているという意識を持ってください。実際、今年の求人票を持ってきた方が1・2年生の様子をみて次年度以降の求人を検討することもあります。そして、廊下でお客様に会った時は**元気よく挨拶をしましょう！**そのときは時間も考慮してくださいね。最近、朝に「こんにちは」昼に「おはようございます」といわれることがありますが、どちらもずっこけます。だいたい10時半を目安に「こんにちは」に切り替えると良いようですので、覚えておいてくださいね。

面接練習のために！

これから面接練習をする人のために**入退出の仕方のおさらい**をしておきましょう。

- ① ノックする
- ② 返事を待ってドア（戸）を開ける
【ポイント】その1 勢いよく開けない。
その2 自分の体の横幅より少し大きく開けて、通りやすくする。
その3 **持ち手から手を離さない**（ドアノブのつもりでイメージする）。
- ③ 戸（ドア）を閉める
【ポイント】その1 相手に背中を見せて静かに閉める。（**後ろ手で閉めない**）
その2 下を向いて背中を丸めない。
- ④ 相手の方を向いて気をつけの姿勢をとる
【ポイント】その1 背筋を伸ばし足をそろえる。
その2 肩の力は抜いて、両腕は自然に体の横に伸ばす。
- ⑤ 挨拶をする「**失礼します**」
【ポイント】その1 **はっきりと大きな声で！！**（おなかに力を入れる）
その2 **言いながらお辞儀をしない**
- ⑥ お辞儀をする
【ポイント】その1 傾きが15度ぐらいの礼でよい。
その2 **背筋を伸ばして腰から曲げる**。（首・背中を曲げない）
→このようなお辞儀では自分の足は見えません。ですから目線を1.5mぐらい先に置くと良いでしょう。
その3 このときはきびきびした動きがよい（ゆっくりしない）
- ⑦ いすの横に移動する（いすのどちら側に立つかというのは、より出入り口に近い方に立つと覚えておきましょう）

- ⑧ 気をつけの姿勢をとる
【ポイント】その1 **ふらふらしたり、もぞもぞしたりしない。**
その2 面接官の方を見る（複数いる場合は大体真ん中の方）
- ⑨ 挨拶をする「**千葉県立千葉工業高等学校から参りました、〇〇〇〇と申します。よろしくお願いたします。**」
【ポイント】その1 **ここではっきりと元気よく声を出す。**
その2 **言いながらお辞儀をしない。**
- ⑩ 気をつけの姿勢をとった後丁寧にお辞儀をする（傾きが30度ぐらいの礼）
【ポイント】その1 **顔を上げたら面接担当者を見る。**（女子はここで笑顔！）
その2 きよろきよろ目を動かさない。
- ⑪ 相手が「おかけください」と言ったら「**失礼します**」と言って、軽く頭を下げから座る
【ポイント】その1 いすの前の方に立っていると着席しやすい。
その2 背もたれに寄りかからず、背筋を伸ばす。足は腰幅（女子はそろえる）で、手は軽く握って（女子は左手を上にして重ね）膝の上に置く。
- ⑫ 面接が終わったら「以上です」などと言われますので、**いすに座ったまま軽くお辞儀をする（座礼）**
- ⑬ 起立していすの横に移動する
【ポイント】その1 足の運びは座るときと逆にする。
その2 いったん気をつけの姿勢をとる。
- ⑭ 挨拶をする「**（本日は）ありがとうございました**」（繰り返しますが言いながらお辞儀をしない）
- ⑮ 丁寧にお辞儀をする（30度ぐらい）
- ⑯ 入り口の方に移動し、面接担当者の方に向き直り気をつけの姿勢をとる。
- ⑰ お辞儀をする（15度ぐらい）
- ⑱ 戸（ドア）を開けて退出する
【ポイント】その1 **背中を丸めてうつむいて出ない。**（哀愁が漂ってしまっは台無しです。最後の詰めを大事にしましょう）
その2 戸（ドア）をしめた瞬間に脱力しない。（結構わかるものです）

いかがでしたか。何度も練習をして自然に体が動くようにしましょう。職員室の入退室などに意識してみるだけで変わってきます。特にお辞儀などは自分ではわからないので、友達とお互いに見せ合って姿勢を直していくと良いと思います。1・2年生は今のうちから普段の生活で心がけておけば、3年生になったときに自然と身につけているはずですよ！

『進路のしおり』を活用しよう！

1年生にはクラスに2冊、2・3年生には一人一冊配られたと思いますが、もう読みましたか？ 皆さんにとって大事な情報がたっぷり掲載されていますのでじっくり目を通していただきたいと思います。特に毎年変わるデータの部分は気になるところではないでしょうか？ 合格体験記も参考にしてくださいね。

