

進路だより冬休み号

福島県立猪苗代高等学校

2014 (H26) ・ 12 ・ 19

～冬休みを有効活用しよう～

明日から冬休みが始まります。今年は1/12 (月) までが冬休みですので、間違えないようにしましょう。冬休みが終わると、3学期はあっという間に終わってしまいます。ということは、この冬休みをどのように過ごすかが、この1年間を決めると言っても過言ではありません。長い2学期がどのような期間だったか反省するとともに、新しい1年をどのように過ごすのか具体的な計画を立てましょう。



さて、計画を立てる場合には、目標設定が重要です。ビジネスシーンでは、目標設定の方法としては「SMART」が使われます。S=Specific (具体的)、M=Measurable (数字で測れる)、A=Achievable (達成できる)、R=Result-oriented (結果重視)、T=Time-bound (期限付き) の頭文字を取ったものです。具体的には以下のようなものです。

例・漢字検定準2級の点数を10月末までに150点まで上げるため、過去問題集を3回繰り返す。

T M A R S

参考にしてみましょう。

【就職・進学をする前に読んでおきたい本②】

『夢をかなえるゾウ』

174万部のベストセラーになった本書。

「お前なあ、このままやと2000%成功でけへんで」とダメダメなサラリーマンの前に突然現れた関西弁を喋るゾウの姿をした神様“ガネーシャ”が、成功するためにはどうしたらいいか、ということを読説く実用エンタテインメント「小説」です。現在は第3弾まで出ていますが、簡単に内容を確認してみましょう。

①靴を磨く=自分を支えてくれているものを大事にする

ええか？ 自分が会社行く時も、営業で外回りする時も、カラオケ行ってバカ騒ぎしてる時も、靴はずっと気張って支えてくれとんのか。そういう自分支えてくれているもん大事にできんやつが成功するか! by ガネーシャ



②腹八分で抑える=自分をコントロールする

ま、腹八分はささいなことに見えるかも分らんけど、これ、今日からずっとやってみ。食べたいと思っても腹八分で必ずおさえるんや。そうやって自分で自分をコントロールすることが楽しめるようになったら、生活変わってくるで。 by ガネーシャ

③会った人を笑わせる=いい雰囲気作れさせる

笑わせる、いうんは、『空気を作る』っちゅうことなんや。場の空気が沈んでたり暗かったりしても、その空気を変えられるだけの力が笑いいにはあるんや。ええ空気の中で仕事したら、ええアイデアかて生まれるし、やる気も出てくる。人に対して優しくなれるし、自分のええ面が引き出される。それくらい空気いうのんは大事やし、笑って大事なんやで。 by ガネーシャ

④トイレ掃除をする=人のやりたくないことを率先してやる

トイレを掃除する、ちゅうことはやな、一番汚いところを掃除するっちゅうことや。そんなもん誰かて、やりたくないやろ。けどな。人がやりたがらんことやるからこそ、それが一番喜ばれるんや。一番人に頼みたいことやから、そこに価値が生まれるんや。 by ガネーシャ

⑤その日頑張った自分をホメる=自分を肯定する

これからはな、毎日寝る前に、自分がその日頑張ったこと思い出して『ようやったわ』ってホメや。そうやってな、頑張ったり成長することが『楽しい』ことなんや、て自分に教えたるんや。 by ガネーシャ

⑥人のいいところを見つけてホメる=他者を肯定する

成功したいんやったら絶対誰かの助けもらわんと無理やねん。そのこと分かってたら、人のええところ見つけてホメるなんちゅうのは、もう、なんや、大事とかそういうレベル通りこして、呼吸や。呼吸レベルでやれや！ 二酸化炭素吐くのと一緒くらいナチュラルにホメ言葉言えや！ by ガネーシャ

⑦身近にいる一番大事な人を喜ばせる

人間ちゅうのは不思議な生き物でな。自分にとってどうでもええ人には気い遣いよるくせに、一番お世話になった人や一番自分を好きでいてくれる人、つまり、自分にとって一番大事な人を一番ぞんざいに扱うんや。例えば……親や。 by ガネーシャ

⑧毎日、感謝する

自分の中に足りんと感じてることがあって、そこを何かで埋めようとするんやのうて、自分は充分に満たされている、自分は幸せやから、他人の中に足りないものを見つけ、そこに愛を注いでやる。この状態になってこそ、自分が欲しいと思ってた、お金や名声、それらのすべてが自然な形で手に入るんや。だってそやろ？ 自分らは、お金も、名声も、地位も、自分で手に入れる思てるかも分らんけど、ちゃうで。むしろ逆やで。お金は他人がお前にくれるもんやろ。名声は、他人がお前を認めたからくれるもんやろ。全部、他人がお前に与えてくれるもんなんや。 by ガネーシャ

☆新生活へのステップ☆

進路が決まった人向けの「新生活」シリーズ第2弾。

進路決定後の期間は新生活の準備をするためのとても重要な時間です。ここでどのように過ごすかによって、入社後（入学後）、スムーズに新生活に取り組めるかどうかが決まると言っても過言ではありません。これからやるべきことを整理し、準備をしていきましょう。

①心身ともにリフレッシュする

進路活動で忙しかった体を休めて、リフレッシュしましょう。入社（入学）すると、初めのうちは特に慣れない生活に追われ、忙しい日々を送ることになります。なかなか自分の時間を作ることが難しくなることも考えられるので、入社（入学）までの間に、やりたかったことにチャレンジしてみるのも良いでしょう。

②各種スキルを身につける

○パソコンの使い方

入社（入学）後、よりスムーズに新生活に移れるよう、必要なスキルを身につけることも大切です。特にパソコンスキルなどは、様々な場面で使われていますので、事前に練習しておくとう便利です。また、それ以外でも、新しいところで必要となるスキルや技術があれば、身につけておくようにしましょう。

○ビジネスマナーを身につける（就職者向け）

仕事をする上では、上司・先輩・取引先など様々な立場の方々と関係を築くこととなります。そのなかで重要なことが「ビジネスマナー」です。電話応対や言葉づかいなど、必要最低限のマナーを事前に身につけておきましょう。

③会社（学校）を知る

○入社予定の企業を調べる・入学予定の学校を調べる

自分が入社（入学）する予定の企業（学校）については、できる限り調べてみましょう。特に事業内容や職務内容（授業内容）は、入社（入学）後に直接関わる部分なので、知っておきましょう。また、仕事（学習）をする上では、社会情勢や業界動向などにも目を向ける必要があります。日頃から、新聞やニュースなどに関心を持ち、情報収集しておきましょう。

☆ビジネスマナーを身につける☆

①電話応対

仕事の上で、電話応対が発生することも多くあります。電話の受け答えのしかた一つで相手の印象も大きく変わりますので、常に丁寧な応対をするように心がけましょう。

【電話の心構え】

- 明るく丁寧に対応しましょう
- だらしない姿勢や他の作業をしながら電話をしないようにしましょう
- 伝言などを頼まれたときのために、メモを携帯しておきましょう

【基本の流れ】

- 3コール以内に電話をとる
(電話口で待たせることのないよう、遅くとも3コールまでに取るようにしましょう)
↓
- 社名と名前を名乗る・・・「株式会社〇〇の××と申します」
(相手にかけている先が間違えていないことを知らせます。「お世話になっております」の
ひと言を忘れずに)
↓
- 先方の名前を確認する・・・「〇〇社の××様ですね」
(相手の社名、部署名、名前を必ず確認しましょう)
↓
- 内容を復唱する
(先方の用件を復唱し、間違いが無いか確認しましょう)

②名刺交換

ビジネスでは、初対面の場合、必ずと言ってよいほど名刺交換が行われます。スムーズに行えるようにマナーを身につけましょう。

【基本の流れ】

- 渡す・・・基本的には立場が下の人から差し出すのがマナーです。ただし、訪問した場合は原則として訪問した側が先に出します。
↓
- 受け取る・・・「頂戴します」とひと言添える、もしくは一礼して受け取りましょう。
↓
- 交換後・・・受け取った名刺はすぐにしまわず、机の上においておきます。資料などを上に載せたり、落としたりしないように気をつけましょう。
↓
- しまう・・・タイミングを見計らって名刺入れにしまいましょう。くれぐれもポケットや鞆にそのまましまうことがないようにしましょう。
↓
- 保管する・・・会社に戻ったら、交換した日や相手の特徴を書き込んで整理しておきましょう。後々便利です。