

“これが知りたかった”がかなう
就活ステップラボラトリー

ステラボ

インターンシップ用
エントリーシート（ES）の書き方講座

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

2020年7月22日（水）
27日（月）
17:00～19:00



本日の流れ

1. そもそもESって何？
2. ESと履歴書の違い
3. ESの主な項目
4. ESを書く時のポイント ～項目別～
5. その他 ES記入時の注意点

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

1. そもそもESって何？

- インターンシップや就職活動において、
学生が企業へ提出する応募書類の一種
- 書類選考などに利用される
- 主に「手書き」と「WEBで提出」の2パターン。
今年の夏のインターンシップに関しては、
ESはWEB提出が主流の可能性が高い

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

1. そもそもESって何？



My CareerBox
マイ キャリア ボックス



- マイナビの「My Careerbox」
リクナビの「Open ES」など、
ナビサイト独自のES提出サービスを利用する企業もある
- 「志望動機」や「自己PR」などの項目がある



履歴書と何が違うの？

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

2. ESと履歴書の違い

ES

企業が独自で作成しているため、企業側が聞きたいことを的確に質問できる。

同一のシートを全員が記入するため、応募者同士の土台が平等で比較しやすい。

履歴書

市販・学校など発行元が様々で項目や分量も異なっているため、聞きたい質問が十分に聞けない場合があり、応募者ごとの情報量の差が大きい。

3. ESの主な項目

- 志望動機
- 学生時代に力を入れたこと（ガクチカ）
- 自己PR
- 長所・短所
- 学校で学んだこと・研究内容

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

3. ESの主な項目

- 趣味・特技
- 今までに最も困難だと感じたこと
- 今までに挑戦した経験
- 当社でやってみたいこと
- 10年後のあなたについて …etc

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

企業が志望動機で見ているポイント

- ★ 仕事へのやる気は十分か
- ★ 会社の「何に」魅力を感じたのかではなく、
「なぜ」惹かれたのかをしっかりと書けているか
- ★ 仕事内容の理解はできているか
(= 企業研究ができているか)
- ★ 学生の「成し遂げたいこと」と
企業の「求めていること」がマッチしているか

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

結論を最初に伝える（志望動機を一言で！）

結論を裏付けるエピソードや具体例を書く

会社の特徴などを挙げ、なぜ貴社なのかを書く

スキルと結び付けて、入社後どう活躍・貢献したいかを書く

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

私は貴社の新卒採用支援と学生支援業務に携わり、企業と学生双方の採用・就職活動をより良いものにし、地元岡山の企業の活性化に貢献したいと考え、志望致しました。

私は以前から、先輩や友人の「仕事が辛い」という声をよく耳にしており、入社して一年が経ち、**結論を最初に伝える（志望動機を一言で！）** そんな実情が、
とができませんでした。

しかし、貴社の「企業の採用活動と学生の就職活動をより良いものにする」という新卒採用支援・学生支援のお話と、「研修を通して会社の内側から状態を良くしていく」という人財育成支援のお話を伺うことで、私は将来への希望と働くことへの意欲を強く感じるようになりました。

私がデザイン事務所でのアルバイトで培ったPC・ソフトの操作や、趣味において幅広い年代の方と交流して培った社交性を活かして、貴社の業務を多くの人々へ広げ、岡山に良い会社を増やしていくことに貢献していきたいと考えております。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

私は貴社の新卒採用支援と学生支援業務に携わり、企業と学生双方の採用・就職活動をより良いものにし、地元岡山の企業の活性化に貢献したいと考え、志望致しました。

私は以前から、先輩や友人の「仕事が辛い」という声をよく耳にしており、入社して一年足らずで会社を退職してしまうケースも何人か目の当たりにしておりました。そんな実情を見てきた私は、自分の就職活動と、その先にある社会人生活に希望を見出すことができませんでした。

しかし、貴社の「企業の採用活動と学生の就職活動をより良いものにする」という新卒採用という強い想いを感じることができました。

結論を裏付けるエピソードや具体例を書く

私がデザイン事務所でのアルバイトで培ったPC・ソフトの操作や、趣味において幅広い年代の方と交流して培った社交性を活かして、貴社の業務を多くの人々へ広げ、岡山に良い会社を増やしていくことに貢献していきたいと考えております。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

私は貴社の新卒採用支援と学生支援業務に携わり、企業と学生双方の採用・就職活動をより良いものにし、地元岡山の企業の活性化に貢献したいと考え、志望致しました。

私は以前から、先輩や友人の「仕事が辛い」という声をよく耳にしており、入社して一年足らずで会社を退職してしまうケースも何人か目の当たりにしておりました。そんな実情を見てきた私は、自分の就職活動と、その先にある社会人生活に希望を見出すことができませんでした。

しかし、貴社の「企業の採用活動と学生の就職活動をより良いものにする」という新卒採用支援・学生支援のお話と、「研修を通して会社の内側から状態を良くしていく」という人財育成支援のお話を伺うことで、私は将来への希望と働くことへの意欲を強く感じることができました。

私がデザイン事務所でのアルバイトで培ったPC・ソフトの操作や、趣味において幅広い知識を身に付けてきたことは、貴社での活躍に大きく貢献できると思います。

会社の特徴などを挙げ、なぜ貴社なのかを書く

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～志望動機～

私は貴社の新卒採用支援と学生支援業務に携わり、企業と学生双方の採用・就職活動をより良いものにし、地元岡山の企業の活性化に貢献したいと考え、志望致しました。

私は以前から、先輩や友人の「仕事が辛い」という声をよく耳にしており、入社して一年足らずで会社を退職してしまうケースも何人か目の当たりにしておりました。そんな実情を見てきた私は、自分の就職活動と、その先にある社会人生活に希望を見出すことができませんでした。

しかし、貴社の「企業の採用活動と学生の就職活動をより良いものにする」という新卒採用という強い想いを感じることができました。

スキルと結び付けて、入社後どう活躍・貢献したいかを書く

私がデザイン事務所でのアルバイトで培ったPC・ソフトの操作や、趣味において幅広い年代の方と交流して培った社交性を活かして、貴社の業務を多くの人々へ広げ、岡山に良い会社を増やしていくことに貢献していきたいと考えております。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

企業がガクチカで見ているポイント

- ★物事に対する取り組み方
- ★周囲の人との関わり方や役割
- ★「どんな経験をしてきたか」
「どんな実績を持っているか」よりも、
「経験から何を学んだか」、「何を感じたか」、
「どう努力してきたか」、「困難をどう乗り越えたか」を見ている

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

企業が自己PRで見ているポイント

- ★ 学生がアピールする「強み」が、当社で活かせるか
＝入社後に活躍できそうか
- ★ 採用して、会社側にはどんなメリットがあるのか
- ★ 企業の「求めている人物像」とマッチしているか

文章構成の流れはガクチカと同様だが、
『企業へのアピール』という意味では志望動機に近い

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

大学生活？
バイトしか
やってない！



部活は頑張った
けど、アピール
できるような
実績がない…

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

結論を最初に伝える

具体的な説明・動機・結論を裏付けるエピソードを書く

努力した・困難を乗り越えた経験を書く

経験から学んだことや、今後どう活かしていくかを示す

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

私が学生生活で力を注いだことは、大学2年生の秋から始めて現在も続けているデザイン事務所でのアルバイトです。

公に募集されていたものではなく、大学のゼミナールの教授から「挑戦してみないか」
デザイン WEB 閲覧
するユーザーの方が利用しやすく、また、こちら側の意図が伝わりやすくなるかを考えながら作成していました。

結論を最初に伝える

プロの方々に混ざりながら、デザインソフトの基本操作の勉強を兼ねて行う仕事は苦勞しましたが、社員の方々に自ら質問をすることで、毎日新たなデザイン技法の発見と習得があり、とても自分のスキルの広がりにつながったと感じています。

学生の身としては貴重な体験をさせて頂いたので、この経験を活かして、社会人になっても分からないことは積極的に人に聞いたりすぐに調べたりすることで、知見を広げてまいります。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

私が学生生活で力を注いだことは、大学2年生の秋から始めて現在も続けているデザイン事務所でのアルバイトです。

公に募集されていたものではなく、大学のゼミナールの教授から「挑戦してみないか」と声をかけて頂き、チャレンジすることになりました。アルバイトでは主にWEBデザインに関する仕事のお手伝いをさせて頂きました。どうしたらWEBページを閲覧するユーザーの方が利用しやすく、また、こちら側の意図が伝わりやすくなるかを考えながら作成していました。

プロの方々に混ざりながら、デザインソフトの基本操作の勉強を兼ねて行う仕事は苦
労し
習得
見と

具体的な説明・動機・結論を裏付けるエピソードを書く

学生の身としては貴重な体験をさせて頂いたので、この経験を活かして、社会人になっても分からないことは積極的に人に聞いたりすぐに調べたりすることで、知見を広げてまいります。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

4. ESを書く時のポイント ～ガクチカ・自己PR～

私が学生生活で力を注いだことは、大学2年生の秋から始めて現在も続けているデザイン事務所でのアルバイトです。

公に募集されていたものではなく、大学のゼミナールの教授から「挑戦してみないか」と声をかけて頂き、チャレンジすることになりました。アルバイトでは主にWEBデザインに関する仕事のお手伝いをさせて頂きました。どうしたらWEBページを閲覧するユーザーの方が利用しやすく、また、こちら側の意図が伝わりやすくなるかを考えながら作成していました。

経験から学んだことや、今後どう活かしていくかを示す

学生の身としては貴重な体験をさせて頂いたので、この経験を活かして、社会人になっても分からないことは積極的に人に聞いたりすぐに調べたりすることで、知見を広げてまいります。

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

CHALLENGE!

※紙とペンを手元に用意してください

ガクチ力を組み立ててみよう！

結論を最初に伝える

具体的な説明・動機・結論を裏付けるエピソードを書く

努力した・困難を乗り越えた経験を書く

経験から学んだことや、今後どう活かしていくかを示す

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

CHALLENGE!

結論を最初に伝える

① 学生時代に何に力を入れて取り組んだ？

ガクチカの例

- ・学業
- ・アルバイト
- ・サークル、部活動
- ・課外活動
- ・趣味
- ・資格の取得
- ・委員会
- ・留学経験
- ・習い事
- …etc

記入例

学園祭実行委員会

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

CHALLENGE!

具体的な説明・動機・エピソード

②具体的にどんなこと？なぜ取り組んだの？

記入例

- ・学園祭実行委員会の広報の仕事
- ・広報のメンバーは自分を入れて10人
- ・SNSでの広報や学内でのチラシ配りなどを行った
- ・広報の仕事のことはよく知らないから挑戦してみたかった

CHALLENGE!

努力した・困難を乗り越えた経験を書く

③どんな努力をした？ 困難だったことと、乗り越えた方法は？ どんな結果が出た？

記入例

・SNSの運用についてメンバーの意見がバラバラで全く進まない上に、
気まずい雰囲気になり →積極的に話し合いの場を設け、全員の意見を
聞き、折衷案を提案した →全員が納得し、同じ目標に向かって動く
ことができた。学園祭は昨年より外部のお客さんを増やすことができた。

CHALLENGE!

経験から学んだこと・今後どう活かすか

④ 取り組みを通じて何を学んだ？ 今後、社会・会社などでどう活かそう？

記入例

- ・まずはどんな意見にも耳を傾けて、一度受け入れる姿勢が大切
- ・他の人の視点に立つことで新たな考え方を発見することができた
- ・周囲の人と良い関係を築くことで、全員が気持ちよく働ける職場づくりに貢献したい

画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します

5. その他 ES記入時の注意点

- 「バイト」「ゼミ」など略語は使わないように！
- 最低でも記入欄の8割は埋めよう！
- 証明写真はデータの準備も忘れずに！
- 提出期限はギリギリにならないように！



5. その他 ES記入時の注意点（手書き・郵送の場合）

- 字は上手くなくていいので、丁寧に！
- 印鑑は朱肉を使って最初に押そう！
- 郵送する際は、送付書を忘れずに！
- 必着と消印有効の違いに注意！



画像の転載（Web上へのアップロード）、複製、改変等は禁止します