

2021 年度  
インターンシップ・プログラム  
実習日誌・評価表

実習先	
実習期間	自 2021 年 月 日 ( )
	至 2021 年 月 日 ( )

在籍大学(院)名			
学部・学科 (研究科)	学部	学科	研究科
氏名		学年	年生

## 実習日誌・評価表（本誌）の取り扱いについて

	学 生		実習先
毎日の 実習終了後	①「実習日誌」の「学生欄（本日の実習内容）」の項目を記入。 ②記入が終わったら、実習担当者へ確認いただく。	➡	①「実習日誌」の「学生欄（本日の実習内容）」を確認。 ②「実習先欄」にコメントを記入のうえ、学生に返却。
実習 最終日	①「実習日誌」の「学生欄（本日の実習内容）」の項目を記入。 ②「評価表（本誌の最終ページ）」の「学生欄」に記入。 ③記入が終わったら、実習担当者へ確認いただき、提出。 <u>※自身では持ち帰らないこと。</u>	➡	①「実習日誌」の「学生欄（本日の実習内容）」を確認し、「実習先欄」にコメントを記入。 ②「評価表（本誌の最終ページ）」の「学生欄」を確認し、「実習先欄」にコメントを記入。 ③本誌を大学コンソーシアム大阪事務局へ郵送。 ※学生には後日、在籍大学を経由し返却します。

### 【学生留意点】

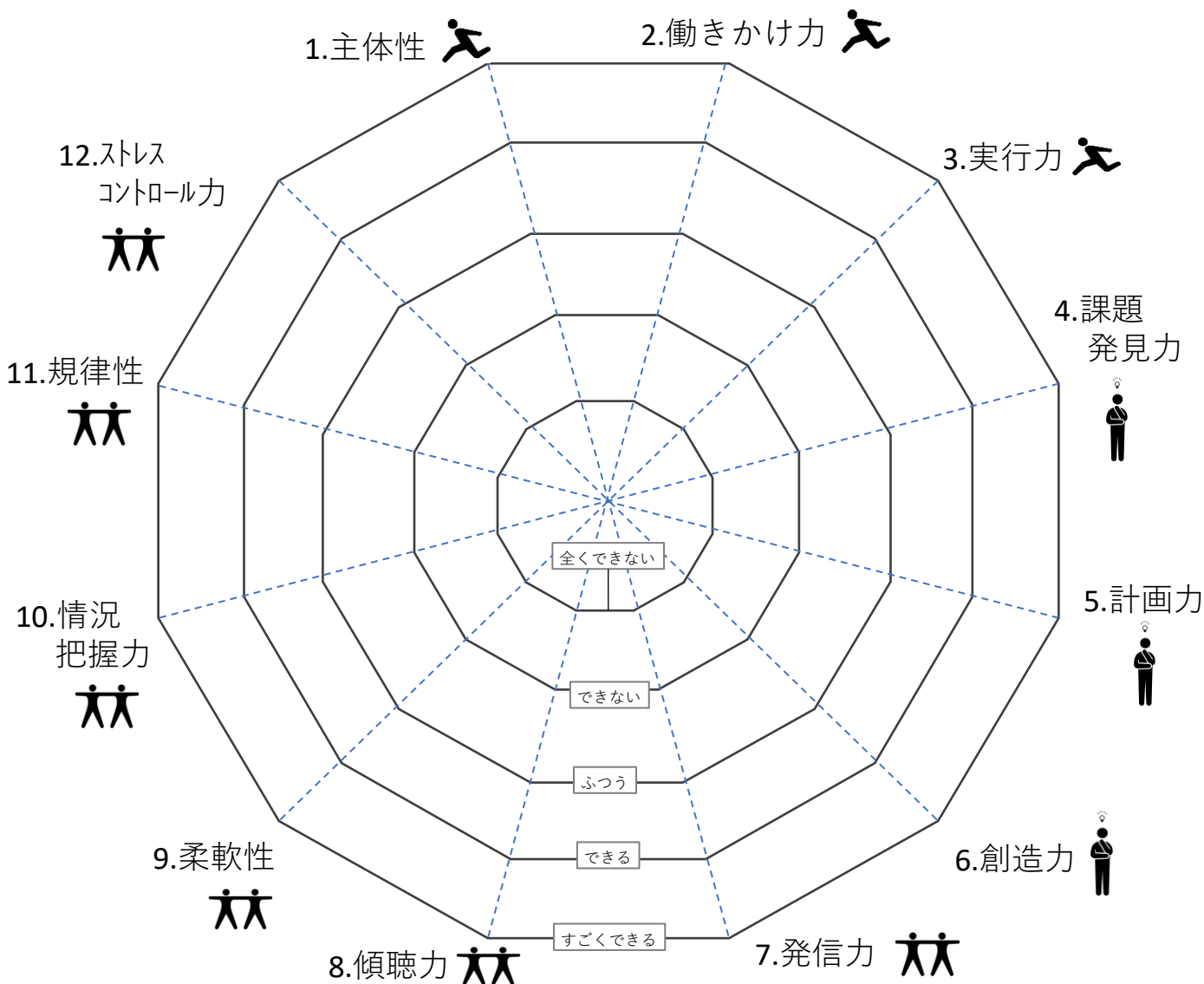
- 大学指定の実習日誌や評価表がある場合は、大学コンソーシアム大阪事務局にあらかじめ連絡してください。なお、取扱いは上記に準じます。
- 書き損じやページ不足の場合は、大学コンソーシアム大阪 HP（実習生専用ページ）よりフォーマットのダウンロードができます。（記入見本も HP に掲載しています。）

### 【問い合わせ先】

特定非営利活動法人大学コンソーシアム大阪  
 事務局 インターンシップ担当  
 電話：06-6344-9560（月～金 9：30～17：30）  
 メール：internship@consortium-osaka.gr.jp

# 社会人基礎力 自己分析シート

裏面の記入見本と評価指標に基づいて、実習前には○、実習修了後には★をそれぞれの自己評価に従ってマークして成長を記録しよう！



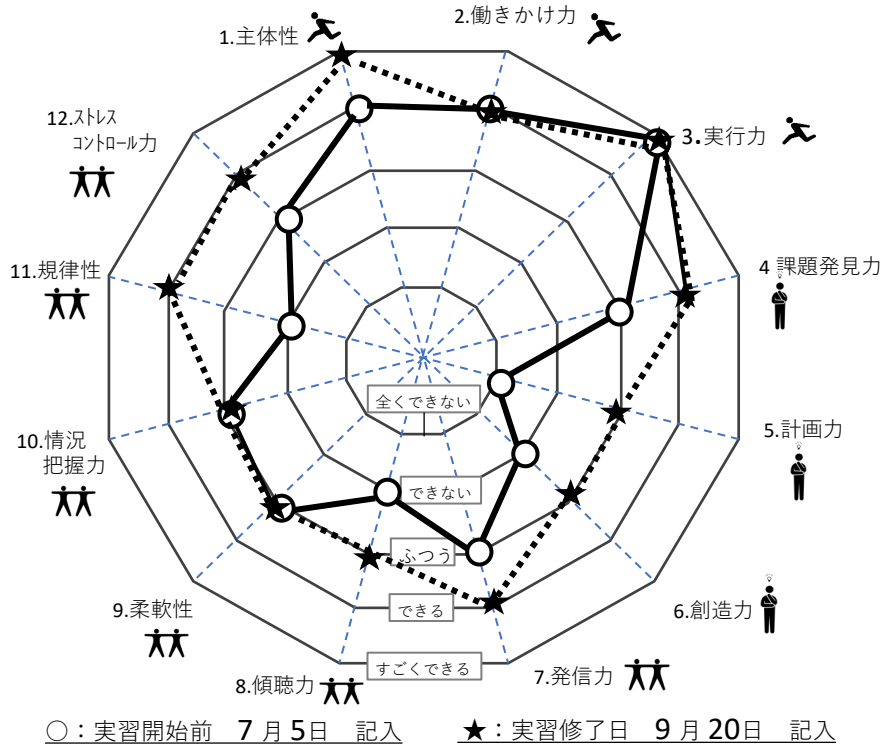
○：実習開始前 月 日 記入      ★：実習修了日 月 日 記入

経済産業省2006年「社会人基礎力」より

【実習目標】 実習を通しての具体的な目標（成果・成長）を記入してください。

【実習開始前】○印でマークして現状を把握しよう！

【実習修了後】★印でマークして振り返ろう！




社会人基礎力 自己分析シート 評価指標


		基礎力	具体例
 前に踏み出す力 (アクション)	①主体性	物事に進んで取り組む力	<ul style="list-style-type: none"> <li>指示を待つのではなく、やるべきことを自ら見つけて取り組んでいる。</li> <li>知識やスキルを積極的に身につけようとしている。</li> <li>他の人がやりたがらないことも、すすんで行っている。</li> </ul>
	②働きかけ力	他人に働きかけ巻き込む力	<ul style="list-style-type: none"> <li>周りの人に、ともに行動しようとして声をかけている。</li> <li>周りの人と目的を共有するような働きかけを行っている。</li> <li>バランスを考えて全体をまとめることを意識している。</li> </ul>
	③実行力	目的を設定し確実に行動する力	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で目標を設定して、達成のために取り組んでいる。</li> <li>目標達成のためにはどうすればよいかを考え、迅速に対応している。</li> <li>失敗や困難を恐れず、粘り強く取り組んでいる。</li> </ul>
 考え抜く力 (シンキング)	④課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにする力	<ul style="list-style-type: none"> <li>現状を把握し、分析することを心がけている。</li> <li>分析した結果に基づき、問題点・課題を見出している。</li> <li>表層だけにとらわれず、物事の本質を見よう心がけている。</li> </ul>
	⑤計画力	課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力	<ul style="list-style-type: none"> <li>目標達成のためのスケジュールをや手順を予め考えている。</li> <li>課題の解決に向けて、複数の提案ができる。</li> <li>一連のプロセスの中で、現状がどこにあるのかを把握している。</li> </ul>
	⑥創造力	新しい価値を生み出す力	<ul style="list-style-type: none"> <li>既存概念にとらわれない、自由で新しい発想ができる。</li> <li>良い発想を得るための方法を積極的に習得している。</li> <li>課題に対して、新しい解決方法を考え出している。</li> </ul>
 チームで働く力 (チームワーク)	⑦発信力	自分の意見をわかりやすく伝える力	<ul style="list-style-type: none"> <li>言いたいことを要点を押えて簡潔に伝えることができる。</li> <li>はっきりと伝わる態度と話し方をしている。</li> <li>相手の立場、気持ちを考えて話している。</li> </ul>
	⑧傾聴力	相手の意見を丁寧に聴く力	<ul style="list-style-type: none"> <li>相手が話しやすい雰囲気、態度で聞いている。</li> <li>適切なタイミングで話に反応し、相手の話を引き出すことができる。</li> </ul>
	⑨柔軟性	意見の違いや立場の違いを理解する力	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の考え方ややり方に固執せず、臨機応変に対応している。</li> <li>相手の意見や立場を尊重して接している。</li> <li>よいと思った他の人の意見ややり方は、すすんで受け入れている。</li> </ul>
	⑩状況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の置かれた環境や状況をよく把握している。</li> <li>自分の役割を理解して行動している。</li> <li>自分が周りの人に及ぼす影響を理解している。</li> </ul>
	⑪規律性	社会のルールや人との約束を守る力	<ul style="list-style-type: none"> <li>社会のルール、マナーを守って行動している。</li> <li>上司からの指示や友人との約束を守っている。</li> <li>時間に正確に行動している。(遅刻などが無い)</li> </ul>
	⑫ストレスコントロール力	ストレスの発生源に対応する力	<ul style="list-style-type: none"> <li>ストレスを成長の機会と捉えている。</li> <li>ストレス下であっても質の高い判断をし、課題を遂行している。</li> <li>自分なりのストレス解消法を知り、実行している。</li> </ul>



# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第	日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	: ~		:	(計 時間)			
	本日の目標							
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等						
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>						
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等						
実習先欄	<u>コメント</u>							
	上記を確認しました。				担当者名			

# 実習日誌


学生欄	日時	実習 第 _____ 日目	2021 年	月	日	( _____ )	
	実習時間	: _____ ~ _____ :	(計 _____ 時間)				
	本日の目標						
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等					
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 150px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>					
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等					
実習先欄	コメント						
	上記を確認しました。			担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第	日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	: ~ :		(計 時間)				
	本日の目標							
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等						
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">←</span> <span style="margin-right: 10px;">→</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>						
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等						
実習先欄	<u>コメント</u>							
	上記を確認しました。				担当者名			




# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第 _____ 日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	: _____ ~ _____ :	(計 _____ 時間)				
	本日の目標						
	実習内容 (具体的に 記入)	業務内容・スケジュール等					
	目標に対する 到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 150px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>					
	反省・感想 気付いた こと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等					
実習先欄	コメント						
	上記を確認しました。			担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第	日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	:	~	:				(計 時間)
	本日の目標							
	実習内容 (具体的に 記入)	業務内容・スケジュール等						
	目標に対する 到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">←</span> <span style="margin-right: 10px;">→</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">到達できなかった</span> <span style="margin-right: 10px;">到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>						
	反省・感想 気付いた こと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等						
実習先欄	<u>コメント</u>							
	上記を確認しました。				担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第 _____ 日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	: _____ ~ _____ :	(計 _____ 時間)				
	本日の目標						
	実習内容 (具体的に 記入)	業務内容・スケジュール等					
	目標に対する 到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 150px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>					
	反省・感想 気付いた こと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等					
実習先欄	コメント						
	上記を確認しました。			担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第	日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	:	~	:	(計 時間)			
	本日の目標							
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等						
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">←</span> <span style="margin-right: 20px;">→</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>						
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等						
実習先欄	<u>コメント</u>							
	上記を確認しました。				担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第 _____ 日目	2021 年	月	日	( _____ )	
	実習時間	: _____ ~ _____ :	(計 _____ 時間)				
	本日の目標						
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等					
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="display: inline-block; width: 100%; border-bottom: 1px solid black; position: relative; top: -5px;"> <span style="position: absolute; right: -10px; top: -5px;">→</span> </span> </p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">到達できなかった</span> <span>到達できた</span> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>					
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等					
実習先欄	コメント						
	上記を確認しました。			担当者名			

# 実習日誌

学生欄	日時	実習 第	日目	2021 年	月	日	( )	
	実習時間	:	~	:	(計 時間)			
	本日の目標							
	実習内容 (具体的に記入)	業務内容・スケジュール等						
	目標に対する到達度	<p>・目標に対する到達度(↓1~5のうち1つに○)</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 20px;">1</span> <span style="margin-right: 20px;">2</span> <span style="margin-right: 20px;">3</span> <span style="margin-right: 20px;">4</span> <span style="margin-right: 20px;">5</span> </p> <p style="text-align: center;"> </p> <p>・本日できたこと、できなかったこと(理由も含めて具体的に)</p>						
	反省・感想 気付いたこと等	・業務を通して気付いたこと、次回以降に努力したいこと等						
実習先欄	<u>コメント</u>							
	上記を確認しました。				担当者名			

# \*\*\* 評価表 \*\*\*

※実習最終日にもれなく記入のこと。最終日は日誌・評価表を実習先に置いて帰宅してください。

実習先

実習生氏名

学生欄

・実習で学んだことや得たこと

・学んだことや得たことを今後どのように活かしていきたいか

・実習前の自分と実習後の自分はどう変わったか

・実習全体を通しての気づきや感想

実習先欄

実習期間

2021 年 月 日 ~ 月 日

実習総時間数

時間

実習日数

日

出席

日

欠席

日

遅刻

日

早退

日

実習部署および職種

評価・所見

実習責任者氏名