高等専修学校における
インターンシップ体験教育プログラム

KBC学園

文部科学省　令和7年度「高等専修学校における多様な学びを保障する先導的研究事業」
地域に根ざした高等専修学校機能強化先導的モデル構築

TABLE OF CONTENTS

高等専修学校におけるインターンシップ体験教育プログラム

第1章　基本行動・マナー

第2章　学ぶ姿勢

第3章　協働性・コミュニケーション

第4章　感謝と謙虚な態度

第5章　責任感とは

まとめ　全体を振り返って

第1章

基本行動・マナー

インターンシップは普段の学校生活とは違い、社会の現場で実際に人と関わりながら学ぶ特別な経験です。初めて会う人たちと過ごす中で、どんなふうに見られているのか、自分では気づきにくいものです。
その中でも、最初の挨拶や時間の使い方、話し方などは、「この生徒はどんなふうに取り組むのだろう？」という印象につながりやすいポイントです。

第1章では、インターンシップ初日から安心して関係を築けるように、基本的な行動・振る舞いを3つの視点から確認してみましょう。



第1章

基本行動・マナー

1-1 初対面の人に自分から挨拶できていますか？

1-2 時間、ぎりぎりになっていませんか？

1-3 丁寧な言葉づかいができていますか？



1-1 初対面の人に自分から挨拶できていますか？

❖ 挨拶は信頼の入口　やりとりの最初の一歩 ❖

初めて会う人との関係は、たった一言の挨拶から始まります。

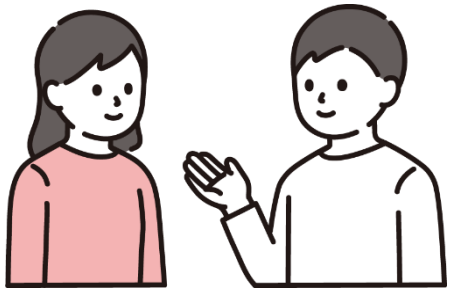
声の大きさよりも、

「自分から」

「相手の目を見て」

「笑顔で伝える」

ことが大切です。



「おはようございます」「よろしくお願いします」

この基本的な言葉が、職場の空気を和らげてくれます。

1-1 初対面の人に自分から挨拶できていますか？

❖ うまく話すより“伝えようとする気持ち”が大切 ❖

自己紹介の場面などでは、緊張しても大丈夫。

大事なのは“伝えようという気持ち”です。

最初はうまくできなくても構いません。

一言でも自分から声をかけようとする姿勢が大切です。

少しずつ“自分から挨拶する”ことを目標にしていきましょう。



1-1 初対面の人に自分から挨拶できていますか？

❖ 挨拶のチェックポイント ❖

☐ 挨拶の声が相手にしっかり届くように意識できている？

☐ 目を見て、落ち着いた表情で伝えている？

☐ 名前を伝えるとき、はっきりと言えている？

☐ 「話しやすそうだな」と思ってもらえる雰囲気をつくれている？



ワンポイントアドバイス

うまく話すよりも、相手に“伝えようとする気持ち”を持つことが大事です。

少しずつ、心のこもった自分らしい挨拶の仕方を見つけていきましょう。

1-2 時間、ぎりぎりになっていませんか？

❖ 10分前行動は準備力と信頼感のあらわれ ❖

“時間を守る”という行動は、その人への信頼感を
生み出します。

特に、インターンシップのような場面では、「早めに来て準備ができている」ことが、周囲に安心感を与えるポイントになります。時間に余裕があると、気持ちにもゆとりが生まれ、落ち着いて行動している印象にもつながります。

「5分前に準備」「10分前に到着」を意識するだけでも、周囲からの見え方は大きく変わります。そのうえで、自分自身も落ち着いて行動でき、忘れ物や焦りを防ぐなど、良いスタートを切るための備えにもなります。
早めの行動は、信頼される印象づくりにも、自分の安心にもつながる
一石二鳥の習慣です。



1-2 時間、ぎりぎりになっていませんか？

❖ 10分前行動ができるようになるための4ステップ ❖

【ステップ①】「何時に出るか」ではなく、「何時に着きたいか」から逆算する

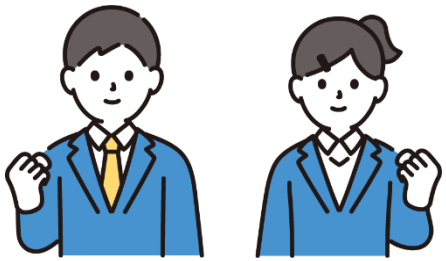
「〇時に家を出る」ではなく、「〇時に着いていたい」から考えるようにする。

例えば、8:30集合なら「8:20に到着」が目標。そのために何時に出るか逆算して動く。

【ステップ②】前日の夜に持ち物・服装準備、ルート確認を済ませておく

朝のバタバタを防ぐ最大のコツは、前日にすべて準備しておくこと。

荷物の確認、服の準備、地図や電車時間のチェックなどを前日のうちに済ませよう。



1-2 時間、ぎりぎりになっていませんか？

❖ 10分前行動ができるようになるための4ステップ ❖

【ステップ③】10分早く着いて、“落ち着く時間”を持つ

深呼吸したり、鏡で身だしなみをチェックしたり、資料を見返したりする余裕ができる。

バタバタと始まるより、静かに整えてスタートしたほうが集中力も上がる。

【ステップ④】時間を守ることで、信頼される存在になる

早く来ていると、「しっかりしているな」「任せても大丈夫だな」と思ってもらえる。

時間にルーズな人との違いは、見た目の印象だけでなく、“信頼の厚さ”そのもの。



1-3 丁寧な言葉づかいができていますか？

❖ 丁寧な言葉づかいが信頼と安心につながる ❖

「です・ます」を使うだけでも、相手に丁寧な印象を与えることができます。
でも、インターンシップのような少しあらたまった場面では、もう一歩、相手への気づかいが伝わる話し方ができると、より安心してやりとりしてもらえるようになります。ここで言う「敬語」は、尊敬語や謙譲語を完璧に使うことではなく、
“失礼のないように話そう”という気持ちを、丁寧な言葉づかいで表すことを意味しています。
たとえば、「今、お時間よろしいですか？」「教えていただけますか？」といった言い方で、丁寧に話そうとする気持ちや、相手への気づかいがしっかり伝わります。
言葉づかいは、相手を思いやる“心づかい”のひとつ。
インターンシップでは、丁寧な話し方を意識することが、信頼や安心につながります。

1-3 丁寧な言葉づかいができていますか？

❖ 言い方を少し変えるだけで、ぐっと丁寧になる ❖

普段の言い方	丁寧な言い方
これ使ってもいい？	これを使ってもよろしいですか？
教えて～	これはどうすればいいですか。／教えていただけますか。
わかった～	はい、大丈夫です。／わかりました。
ちょっといいですか？	今、お時間よろしいですか？
ごめん、忘れてしまった	すみません、忘れてしまいました。
これで合ってる？	これで合っていますか？
こっち？それともこっち？	どちらを使えばよいですか？／どちらが正しいですか？
やばい（失敗）	すみません、間違えてしまいました。
やばい（驚き、感動）	すごいですね！／とても素敵です！

第2章

学ぶ姿勢

インターンシップは「働くこと」や「社会のしくみ」を体験できる貴重な時間です。
この体験を通して、自分に合った仕事を見つけたり、自分の得意・不得意に気づいたりするチャンスでもあります。
しかし、すべてが楽しく、興味のあることばかりとは限りません。ときには苦手な作業や、意味がわかりにくいと感じる仕事に出会うこともあるでしょう。
そんなときに問われるのが、「どんなふうに向き合うか」という学ぶ姿勢です。

第2章では、目の前の仕事に対して前向きに取り組む力や、
工夫しながら学ぶ姿勢について、いくつかの視点から確認していきましょう。



第2章

学ぶ姿勢

2-1 苦手な作業や、やりたくないことに向き合えていますか？

2-2 自分で考えて動けていますか？



2-1 苦手な作業や、やりたくないことに向き合えていますか？

❖ やってみようという姿勢が、自分を成長させるカギ ❖

インターンシップでは、自分の得意なことや好きなことばかりができるわけではありません。ときには「ちょっと面倒だな」「苦手だな」と感じる作業もあるかもしれません。

でも、社会では「やりたいこと」より「やるべきこと」に向き合うことの方が多くあります。そんなとき大切なのは、「できる・できない」ではなく、「やろうとする姿勢」です。黙々と作業に取り組む姿、わからないなりに工夫しようとする姿勢は、まわりにもしっかり伝わります。

誰かが見ていないときこそ、自分の姿勢が問われるチャンスです。

“やらされている”ではなく、“自分からやってみる”

―そんな意識を少しずつ持ってみましょう。



2-1 苦手な作業や、やりたくないことに向き合えていますか？

❖ 前向きに取り組むための3つのヒント ❖

【ヒント①】「これは練習」と思ってやってみる

すぐにうまくできなくても大丈夫！まずは経験値を増やすつもりで、一歩踏み出してみる。

【ヒント②】「自分のやり方」を見つけてみる

与えられた作業に、自分なりの工夫を加えてみると、「興味ないこと」も少しおもしろくなるかも。

【ヒント③】「誰かの役に立っている」と考える

単純な作業も、誰かの支えになっている。そう考えると、自分の行動に意味を見いだせる。

2-1 苦手な作業や、やりたくないことに向き合えていますか？

❖ セルフチェックしてみよう ❖

普段の学校生活での自分を振り返ってみよう。



☐ 苦手なことでも、「やってみよう」と自分から取り組んでいる？

☐ 作業の意味や目的を考えながら、丁寧に取り組んでいる？

☐ まわりの人の役に立てるよう、前向きに動こうとしている？

ワンポイントアドバイス

前向きな姿勢は、技術よりも大切な“力”です。

「やらされる」から「自分からやってみる」へ。

ほんの少しの意識の変化が、大きな信頼につながります。

2-2 自分で考えて動けていますか？

❖ “言われたことだけ”から“もう一歩先”へ ❖

インターンシップの最初は、指示を受けて動くことが多いと思います。
でも、仕事の中で少しずつ状況を見て、自分から動いてみることも大切です。
「次は何をすればいいかな？」「このやり方、もっとスムーズにできないかな？」と考えてみる。
そうした小さな工夫や気づきが、仕事への意欲や信頼にもつながっていきます。

たとえうまくいかなくても、「やってみよう」と思ったこと自体が立派な一歩です。

失敗を恐れず、小さなアイデアを形にしていく経験が、将来の大きな成長につながります。



2-2 自分で考えて動けていますか？

❖ 自分で考えて動いた経験をふり返ってみよう ❖

あなた自身が、「言われたことをやるだけ」ではなく、自分で考えて動いたり、工夫したりした経験はありますか？

これまでの自分をふり返ってみましょう。



ワーク／思い出して書いてみよう

■場面や活動の内容は？（例：文化祭準備、掃除当番、部活の片づけ など）

2-2 自分で考えて動けていますか？

❖ 自分で考えて動いた経験をふり返ってみよう ❖



ワーク／思い出して書いてみよう

■ 自分で考えて行動したこと、工夫したことは？
（例：こうした方が効率的だと思って～、誰かが困っていたから～）

■そのとき、どんな気持ちだった？
（例：うまくいってうれしかった／少し不安だったけどやってよかった…など）

第3章

協働性・コミュニケーション

インターンシップでは、一人で完結する仕事ばかりではなく、まわりと協力したり、確認しながら進めたりする場面が多くあります。
そんなときに大切なのが、「協働性」と「コミュニケーション」です。
たとえば、声をかけ合って作業を進めることや、わからないことを自分から質問して確認することは、職場で信頼される行動であると同時に、自分自身が安心して取り組むためにも大切なことです。
第3章では、「まわりの人と協力して行動できているか」
「わからないことを早めに自分から質問・確認できているか」という
2つの視点から、協働やコミュニケーションの力をふり返って
いきましょう。



第3章

協働性・コミュニケーション

3-1 まわりの人と協力して行動できていますか？

3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から
質問や確認ができていますか？



3-1 まわりの人と協力して行動できていますか？

❖ 協働とはどういうこと？ ❖

インターンシップでは、まわりと声をかけ合いながら仕事を進める場面がたくさんあります。こうした「力を合わせて取り組むこと」を協働といいます。

協働とは

- ただ一緒にいるだけではなく、目的に向かって役割を果たすこと
- 自分の仕事だけではなく、まわりの動きにも目を向けること
- 困っている人がいれば、声をかけたり手を差し伸べたりすること

「協働」は、信頼を築くだけでなく、

自分自身が安心して働ける空気をつくる力でもあります。

3-1 まわりの人と協力して行動できていますか？

❖ 気づいて、動いてみることからはじめよう ❖

インターンシップ先では、「言われたこと」以外にも、
まわりを見て気づき、動ける場面がたくさんあります。

【よくある場面】
「作業に手間取っている人がいる」
「誰かが荷物を運ぼうとしている」
「終わっていない仕事が机に残っている」
こうしたとき、ただ見ているだけではなく、



「自分にできることはあるかな？」と気づいて動いてみることが協働の第一歩です。

「気づき → 行動」の流れを少しずつ意識してみましょう。

3-1 まわりの人と協力して行動できていますか？

❖ インターンシップの現場でも、声かけがカギになる ❖

協働は、「まわりを思いやる声かけ」から始まります。

インターンシップの現場でも、こんな一言が職場をスムーズにします。

【協働の姿勢が感じられる一言】

「この作業、私も手伝いましょうか」

「他に手伝えることがあれば教えてください」

「終わりました。このあと、何か私にできることありますか？」



こうした声かけは、

相手に安心感を与えるだけでなく、

自分も「この場に必要とされている」と感じることができる

言動です。

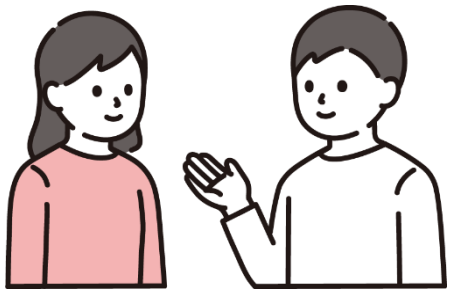
3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から質問や確認ができていますか？

❖「聞くこと」は、弱さではなく“力”です❖

「こんなこと聞いたら変かな…」と不安になることもあります。
でも実は、質問や確認ができる人こそ、自分にも相手にも誠実な人です。

- 自分が安心して取り組むためにも、早めに確認することが大切
- わからないまま進めると、かえって迷惑をかけてしまうことも
- 聞ける人は、信頼される人です

「聞くこと」は、“できないから”ではなく、
“良くしたいから”する行動です。



3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から質問や確認ができていますか？

❖ タイミングと伝え方を意識してみよう ❖

質問するときは、「いつ・どんなふうに聞くか」も大切です。

【タイミング】

→ 相手が忙しそうなときは少し待つ／手が空いたときに声をかける

【伝え方】

→「今、お時間よろしいですか？」

→「このやり方で合っていますか？」など、相手が答えやすい聞き方を意識しよう

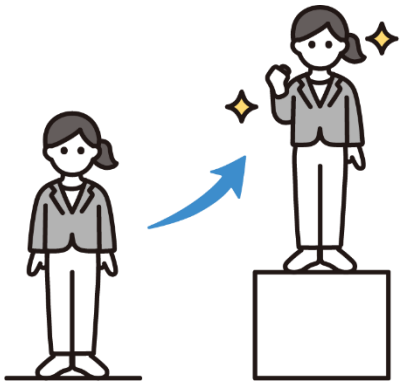
丁寧に聞けば、きっと丁寧に返してもらえます。

3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から質問や確認ができていますか？

❖ 質問できると、安心して行動できる ❖

質問や確認ができるようになると、仕事がもっとやりやすくなります。

- 自信をもって作業に取り組めるようになる
- ミスややり直しが減る
- 「自分から動ける人だな」と信頼される



わからないことを聞くことは、自分を守る力であり、
成長のチャンスでもあります。

3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から質問や確認ができていますか？

❖ 失敗から学ぶコミュニケーション ❖

ワーク／事例を読んで考えよう



【事例】

Aさんは、店舗の棚に商品を並べる作業を任されました。

担当の人から「この順番で並べてね」と言われましたが、

商品の並べ方がよくわからず、「たぶんこっちだろう」と自分なりに判断して並べてしまいました。

作業が終わったあと、並べ方が間違っていてやり直すことに。

担当の人から「聞いてくれてよかったのに」と言われ、Aさんは少し落ち込んでしまいました。

3-2 わからないことがあったときに、早めに自分から質問や確認ができていますか？

❖ 失敗から学ぶコミュニケーション ❖



ワーク／事例を読んで考えよう

■あなたがAさんの立場だったら、どう行動すればよかったと思いますか？

■わからないことを早めに聞くことは、どんなメリットがあると思いますか？

第4章

感謝と謙虚な態度

誰かに何かをしてもらったとき、あるいは助言を受けたときに、感謝の気持ちを持つことや素直に受け止める姿勢は、人と信頼関係を築くうえでとても大切です。「ありがとう」の一言が相手をうれしくさせ、自分の印象を良くすることにもつながります。また、自分に向けられた助言を前向きに受け止められる人は、成長が早く、まわりからの信頼も得られやすくなります。

第4章では、感謝の気持ちは言葉や行動で伝えてこそ相手に届くということ、そして、助言を前向きに受け止めることで、自分の成長につなげられるということを学びます。



第4章

感謝と謙虚な態度

4-1 感謝の気持ちを言葉や行動で伝えられていますか？

4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？



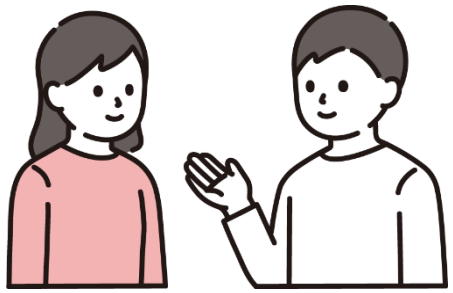
4-1 感謝の気持ちを言葉や行動で伝えられていますか？

❖ 感謝は“伝えてこそ”伝わる ❖

たとえ心の中で「ありがたいな」と思っていても、
相手には伝わっていないことが多いのです。

「ありがとうございます」

「助かりました」



こうした言葉を、自分から伝えられていますか？
「言わなくても伝わる」は、思い込みかもしれません。
まずは一言、伝える勇気を持ってみましょう。

インターンシップ最終日では「大変お世話になりました。ありがとうございました。」
と伝えると好印象です。

4-1 感謝の気持ちを言葉や行動で伝えられていますか？

❖ 感謝は「ありがとう」という言葉以外にも伝えられる ❖

感謝の気持ちは、「ありがとう」と言うだけではありません。
笑顔や行動でも伝えることができます。



- 笑顔で「ありがとう」を言う
  → 笑顔があるだけで、感謝の気持ちがしっかりと伝わる
- 何かをしてもらったら、次はこちらが手伝ってみる
  → 感謝を“行動”で返す
- 頼まれごとを丁寧にやる／きちんと仕上げる
  →「あなたのために大事にやりました」という気持ちが伝わる

相手から「ありがとう」をもらったとき、自分もうれしい気持ちになるはず。
その気持ちを次は自分から届けてみることが、信頼関係をつくる第一歩です。

4-1 感謝の気持ちを言葉や行動で伝えられていますか？

❖ 感謝が伝わると、自分もまわりも心地よくなる ❖

「ありがとう」を伝えることで、

・相手がうれしくなる

・自分も少し気分が明るくなる

・まわりとの関係がやわらかくなる



感謝は、人間関係の“潤滑油”です。

職場でも学校でも、「感じて→伝える」ことで、いい空気が生まれます。

ワンポイントアドバイス

＊「ありがとう」「助かりました」をためらわずに口にしよう！

＊ ちょっと照れくさくても、笑顔を添えて伝えてみよう！

＊ 感謝を伝える人は、信頼されやすく、チームでも大切にされます。

4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？

❖ 指導やアドバイスの受け止め方 ❖

誰かから注意されたりアドバイスを受けたとき、

ついムッとしたり、気まずく感じたりすることはありませんか？

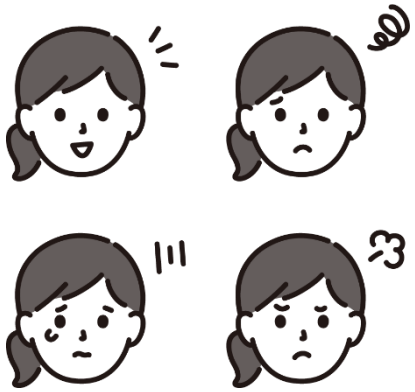
でも実は、それは

「あなたに期待しているから」こその言葉

かもしれません。

まずは、「そういう考え方もあるんだ」と、

受け止めてみることから始めてみましょう。



4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？

❖ 受け止め方の違いが行動の差になる ❖

誰かから注意されたりアドバイスを受けたとき、

「なんで自分ばっかり…」と思って終わる

→ 気持ちが沈んでしまい、前に進めない



「なるほど、そう見えたのか」と考えてみる

→ 少しずつ行動を変えるヒントになる



アドバイスをどう受け止めるかで、その後の行動が変わります。

4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？

❖ 受け止めて終わりじゃない、その後が大事 ❖

アドバイスを受けたあと…

- 少しでも行動にうつしてみる
- うまくいったら、「あのとき言ってくれてよかった」とふり返る
- 成長につながる“きっかけ”になったと感謝する

すぐには難しくても、「やってみようかな」と思えたら、

それが第一歩です。



4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？

❖ アドバイスの受け止め方を考えてみよう ❖

次のような一言を、あなたならどう受け止めますか？

「うるさいな」と思う？「ありがたい」と思う？



「そこ、もっと丁寧にやって」

→ 雑に見えたところがあったのかもしれない。

→ 丁寧さを意識すれば、次からは任せてもらえるかもしれない。

「それ、やる前に聞いてくれたらよかったのに」

→ 確認してから動くことの大切さを教えてくれている。

→ 次は「これで合っていますか？」と最初に聞いてみる。

4-2 指導や助言を素直に受け止められていますか？

❖ アドバイスの受け止め方を考えてみよう ❖



ワーク／自分が言われたことのあるアドバイスを思い出して、
「どう受け止めれば前向きになるか？」を書いてみましょう。

■あなたが先生や家族、友だちから注意されたり、アドバイスを受けた言葉を思い出して書いてみよう。

■注意されたり、アドバイスを受けた言葉をどう受け止めれば前向きになるか、考えて書いてみよう。

第5章

責任感とは

責任感とは、任された役割や仕事を最後までやり遂げる姿勢を指します。掃除や当番といった小さなことでも、やり抜く姿勢が周囲からの信頼を生みます。
また、途中で投げ出さずに粘り強く取り組む経験は、自分自身の成長や達成感にもつながります。社会に出ると一層求められる力だからこそ、今のうちに練習することが大切です。

第5章では、日常の小さな役割を通じて責任感を高め、
やり抜く力を身につけるためのポイントを学びます。



第5章

責任感とは

5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

5-2 頼まれごとや苦手なことでも途中であきらめずに、最後までやり抜いていますか？

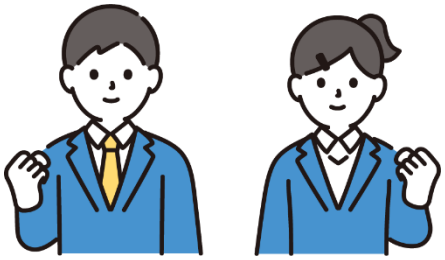


5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

❖ 任されたことをやりきる責任感 ❖

掃除や当番は、日常の中では「ちょっとしたこと」と思えるかもしれません。
しかし、それをきちんと果たすことは

「信頼される第一歩」です。



学校生活でもインターンシップでも、

任されたことをやりきる姿勢が、

「この人に任せても大丈夫だ」と思ってもらえる

大切なポイントになります。

5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

❖ 小さな役割が信頼をつくる ❖

・掃除や当番を忘れると、まわりに迷惑をかけてしまう

・「やるべきことをやる」ことで、安心感を与えられる

・小さな役割を果たせる人は、大きな仕事も任せてもらえる



インターンシップ先でも、最初は小さなことを頼まれる場面が多いでしょう。

そこで責任感をもって取り組むかどうかが、

評価や信頼につながります。

5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

❖ 自分の経験をふり返ろう ❖



ワーク／これまでの学校生活を思い出してみよう。

■掃除や当番などを忘れてしまったことはありますか？そのとき、自分はどんな気持ちでしたか？

■最後まで責任をもってやりきった経験はありますか？そのとき、自分はどんな気持ちで、まわりはどんな反応をしましたか？

5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

❖ 責任感を高める3つのコツ ❖

1. 忘れない工夫をする

   当番をスケジュールに書いておく、友だちと声をかけ合う

2. 途中で投げ出さない

   面倒でも「自分の役割」として最後までやりきる

3. まわりを意識する

「自分の行動で安心できる人がいる」と考えて取り組む



ワンポイントアドバイス

「やらされている」ではなく「自分の役割」と思うと、行動が変わります。

5-1 掃除や当番など、任されたことに責任をもって取り組んでいますか？

❖ 責任感は“信頼の証” ❖

・掃除や当番のような小さな役割こそ、責任感を示す場面

・きちんとやりきることで、まわりに安心感を与えられる

・学校生活もインターンシップも同じ。「任されたことを果たす姿勢」が評価される。

まずは、身近なことから

「任されたことを責任をもってやりきる」

を実践してみましょう。



5-2 頼まれごとや苦手なことでも途中であきらめずに、最後までやり抜いていますか？

❖ やり抜く経験は社会で活きる ❖

途中でやめたくなる気持ちは、誰にでもあります。

けれども、最後まで取り組む経験が、自分を大きく成長させます。

インターンシップは、「やり抜く力」を練習できる絶好の場です。



やり抜く経験は社会で活きる。

・苦手なことや面倒なことでも、続ける姿勢が評価される

・やり抜いた経験は、自信や達成感につながる

・高校生の今は、失敗してもやり直せる時期

今のうちに「やり抜く力」を積み重ねておくことが大切です。

5-2 頼まれごとや苦手なことでも途中であきらめずに、最後までやり抜いていますか？

❖ 自分の経験をふり返ろう ❖



ワーク／インターンシップでやり抜きたいことを1つ決める

■苦手だったけど、最後までやり抜いた経験はありますか？そのとき、どんな気持ちでしたか？

■途中でやめてしまった、あきらめてしまったことはありますか？そのとき、どんな気持ちでしたか？

■インターンシップで「やり抜きたいこと」を一つ決めましょう。

5-2 頼まれごとや苦手なことでも途中であきらめずに、最後までやり抜いていますか？

❖ やり抜くための工夫 ❖

1. 大きな課題を小さく分けて進める
2. 困ったときは一人で抱え込まず相談する
3. 終わったときの達成感をイメージする
4. 苦手なことほど、やり抜けば自信になると考える



ワンポイントアドバイス

やり抜く力は、一度で完璧にできるものではありません。

挑戦と失敗を繰り返す中で、少しずつ身についていきます。

5-2 頼まれごとや苦手なことでも途中であきらめずに、最後までやり抜いていますか？

❖ 継続力が信頼と成長をつくる ❖

頼まれごとや苦手なことでも、

途中で投げ出さずやり抜くことが大切です。



続けた先に「成果」「達成感」「信頼」が生まれます。

今の皆さんは練習の段階にいます。

社会に出てから本番で役立つように、挑戦と学びを積み重ねていきましょう。

まとめ

全体を振り返って

インターンシップに参加する上で大切なのは、ひとつひとつの小さな行動や姿勢の積み重ねです。第1章では挨拶や時間の使い方など、基本的な行動・マナーを確認しました。第2章では苦手なことにも前向きに向き合う学ぶ姿勢を、第3章では協働やコミュニケーションの大切さを学びました。さらに第4章では感謝や謙虚さを行動で示すこと、第5章では責任感をもってやり抜く力を取り上げました。

これらを整理し、自分はどこまでできているかを振り返りましょう。
そして、振り返りをもとに目標を立て、インターンシップに
臨むことが大切です。



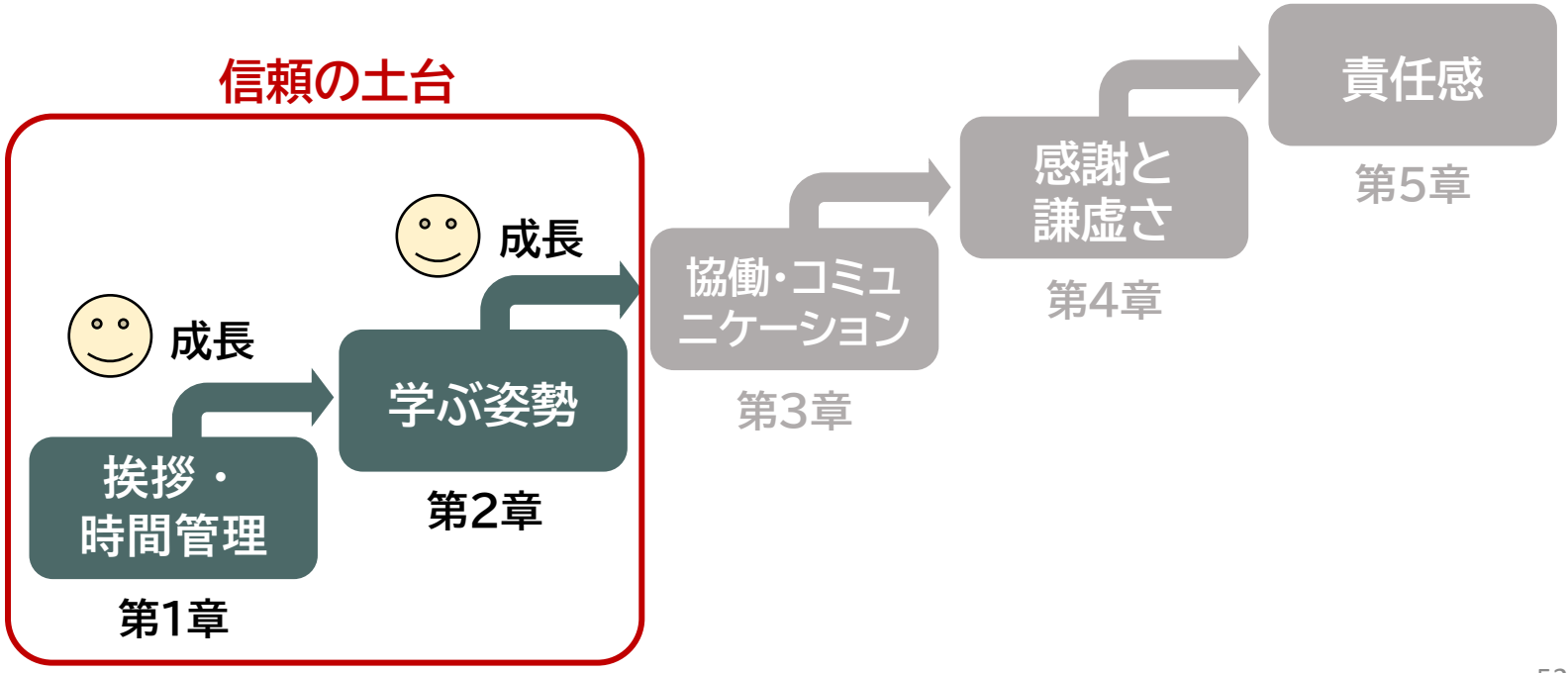
まとめ①　信頼はここから始まる

❖ 信頼の土台をつくる ❖

挨拶・時間管理 ➡ 第一印象と信頼の入口

学ぶ姿勢 ➡ 苦手なことにも前向きに取り組む力

まずは「基本的な行動」と「学ぶ意欲」が土台となります。



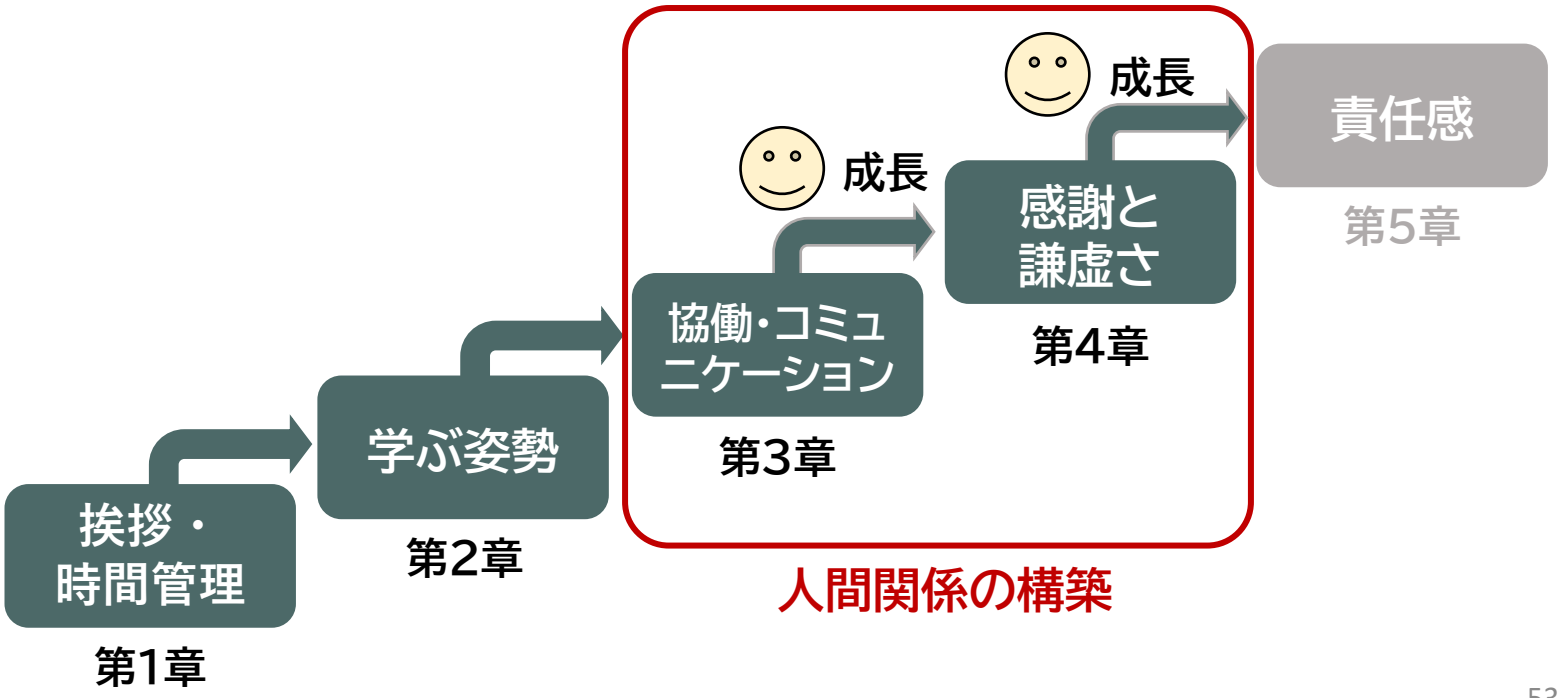
まとめ②　つながる力を伸ばそう

❖ 人間関係を広げる ❖

協働・コミュニケーション ➡ 周囲と力を合わせる

感謝と謙虚さ ➡ 人間関係を円滑にし、信頼を深める

基礎の上に、人とつながる力を積み重ねていきます。



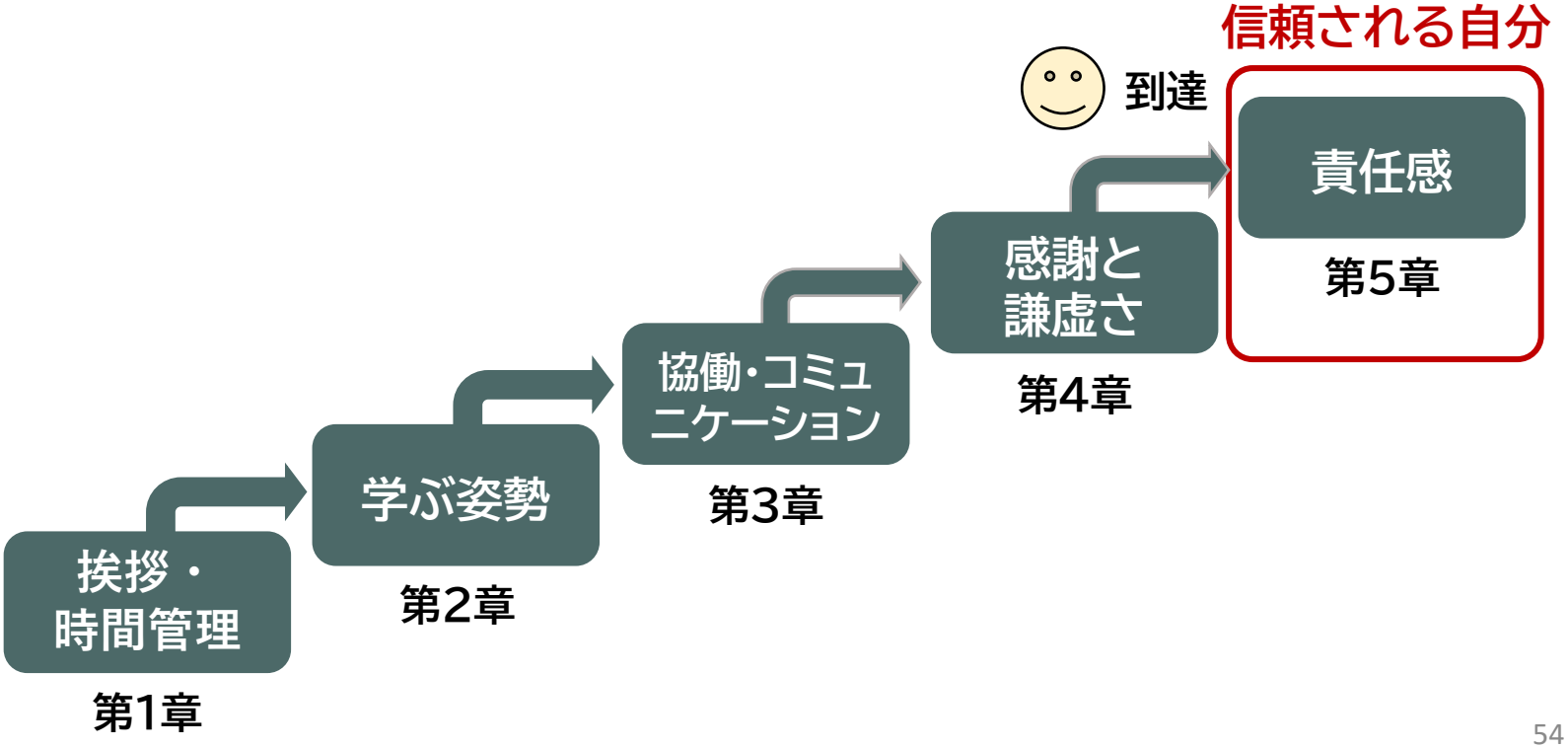
まとめ③　最後までやり抜く力

❖ 信頼につながる責任感 ❖

責任感 ➡ 任されたことをやり抜き、信頼を得る力

小さなことを最後までやり抜く姿勢が、大きな信頼へとつながります。

階段を登り切った先に「信頼される自分」があります。



まとめ④　未来の自分へのスタートライン

❖ 社会で信頼される第一歩へ ❖

これまで学んだすべては「信頼される人」になるためのステップです。
最初は小さな行動から始まります。その積み重ねが信頼につながります。
自分はどこまでできているかを振り返り、次に意識したいことを考えましょう。
日常での小さな実践が、未来の大きな成長につながります。



高等専修学校におけるインターンシップ体験教育プログラム

令和8年2月

本教材は、文部科学省の教育政策推進事業委託費による委託事業として、学校法人KBC学園　KBC高等学院が実施した令和7年度「高等専修学校における多様な学びを保障する先導的研究事業」の成果物です。