

_____年_____月_____日

御中

誓約書

このたび私は、大学コンソーシアムひょうご神戸の「ひょうご留学生インターンシップ」の受講生として、貴社（機関）において、インターンシップ実習生として実習をさせていただくこととなりました。実習にあたっては、以下の事項を厳守して、実習に専念することを誓約いたします。

記

- 一、貴社（機関）の就業規則および諸規定を遵守します。
- 一、実習中は、事故を起こさないよう細心の注意を払って就業いたします。万一自己の不注意により負傷および器物に損壊を与えた場合は、自己責任で対処いたします。
- 一、実習期間中に知り得た貴社（機関）の機密情報や個人情報に関することを、実習期間中はもちろん、実習終了後も一切他言しません。
- 一、無断で欠席、遅刻、早退はいたしません。やむをえない事情がある場合は、必ず実習先に連絡します。
- 一、貴社（機関）の実習指導責任者の指揮および監督に従って就業し、職場秩序を守り、実習生として品位品格を損なうことはいたしません。

以上

所属 _____

本人氏名 _____ 印 _____

現住所 _____

To: _____

Pledge

I hereby acknowledge that I will participate in an internship at your company (organization) as a trainee under the “Hyogo International Student Internship Program” organized by the Consortium of Universities in Hyogo. In undertaking this internship, I pledge to adhere to the following terms and devote myself fully to the training.

1. I will comply with the rules and all other regulations of your company (organization).
2. During the internship, I will exercise the utmost care to avoid accidents while performing my duties. In the event that I cause injury or damage to property due to my own negligence, I will take full personal responsibility.
3. I will not disclose any confidential or personal information of your company (organization) that I may come to know during the internship, both during the period of the internship and after its completion.
4. I will not be absent, late, or leave early without prior permission. In case of unavoidable circumstances, I will be sure to contact the internship host in advance.
5. I will work under the direction and supervision of the internship supervisor at your company (organization), maintain workplace discipline, and conduct myself with dignity and integrity as an intern.

Date: 2025/ _____ / _____

Current Address: _____

Affiliation: _____

Name and Stamp: _____ (印)

目標設定シート Goal Setting Sheet

大学名 University		名前 Name		実 習 生 番 号 Number	
実習先 company					

I. 自分の成長に関する目標 Self-Development Goals

■現在の状態（克服したい課題や伸ばしたい強みなど）

Current situation (Challenges to Improve and Strengths to Develop Further)

--

■インターンシップを終えた時に、どのような状態になっているか（＝具体的な到達点：GOAL）

What will you have improved by the end of this internship?

--

■目標達成のためのステップ（具体的な行動計画）

Steps to achieve your goal

① インターンシップ実習前に取り組むこと Things to do before the internship

--

② インターンシップ実習期間中に取り組むこと Things to do during the internship

--

③ インターンシップ実習期間終了後に取り組むこと Things to do after the internship

--

Ⅱ. インターンシップ先の実習内容に関する目標 Goals related to the internship duties

■インターンシップ先で予定されている実習で意識して取り組みたいこと、期待していること
Things I want to consciously focus on and what I hope to gain during the internship practical training.

■インターンシップを終えた時に、どのような状態になっているか（＝具体的な到達点：GOAL）
What kind of growth or development will I have experienced by the end of the internship?

■目標達成のためのステップ（具体的な行動計画） Steps for achieving my goal.

① インターンシップ実習前に取り組むこと Things to do before the internship

② インターンシップ実習期間中に取り組むこと Things to do during the internship

③ インターンシップ実習期間終了後に取り組むこと Things to do after the internship

Ⅲ. インターンシップ先に貢献すること My contributions to the internship company.

確約書

一般社団法人大学コンソーシアムひょうご神戸 御中

私は、ひょうご留学生インターンシップに参加するにあたり、以下の事項について確約します。

記

以下の□に✓を入れてください

1. 出願に関して

- ☐ Web 登録の記載内容に偽りがある場合は、実習を含めて受講許可を取り消されても異議ありません。
- ☐ Web 登録に記入した事項は必要に応じて、受入先企業、所属大学・短期大学へ開示することを承諾します。

2. 各種研修に関して

- ☐ ひょうご留学生インターンシップへ参加するにあたり下記研修に必ず出席します。
 - ☐ 6月3日（火）参加申込者対象ガイダンス
 - ☐ 6月7日（土）留学生と企業の交流会&エントリー
 - ☐ 9月20日（土）報告会・留学生×企業交流会・企業×大学交流会
- ☐ 各研修時に定められたレポート等の提出義務を遵守します。

3. 進路情報の提供に関して

- ☐ インターンシップ終了後、就職や進学など進路が決定した際には、大学コンソーシアムひょうご神戸事務局の問い合わせに対し状況の報告をします。

以上

2025 年 6 月 3 日

住所：

氏名：
(大学名：)

Letter of Commitment

To: The Consortium of Universities in Hyogo

I hereby pledge to comply with the following matters upon participating in the “Internship for International students in Hyogo.”

Please check the boxes below for confirmation.

1. Regarding Application

- ☐ I understand that if there is any false information in my online application, my participation—including the internship—may be revoked, and I will not object to this decision.
- ☐ I agree that the information I provided in the online application may be shared with host companies and my home university or junior college as necessary.

2. Regarding Training Sessions

- ☐ I will attend all of the following sessions required for participation in the Internship for International students in Hyogo.
- ☐ June 3 (Tue) – Orientation for applicants
- ☐ June 7 (Sat) – Networking event and entry with companies
- ☐ September 20 (Sat) – Final presentation, networking with companies, and university–company exchange event.
- ☐ I will submit any required reports or materials by the deadlines set for each session.

3. Regarding Career Information

- ☐ After completing the internship, I agree to respond to inquiries from the Secretariat of the Consortium of Universities in Hyogo regarding my career path, such as employment or further education.

Date: June 3, 2025

Address: _____

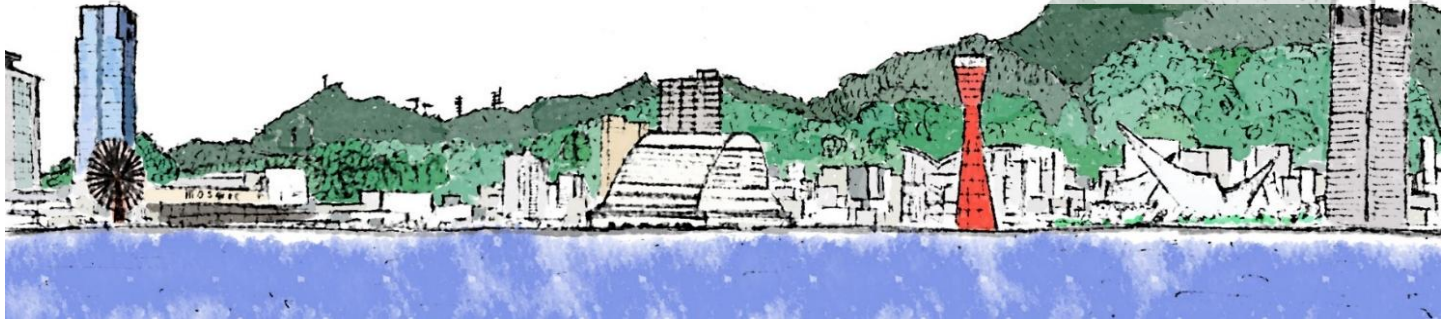
Name: _____

University: _____

一般社団法人大学コンソーシアムひょうご神戸

ひょうご留学生インターンシップ ガイダンス

guidance session of the Internship for international students in Hyogo



【式次第】(Agenda)

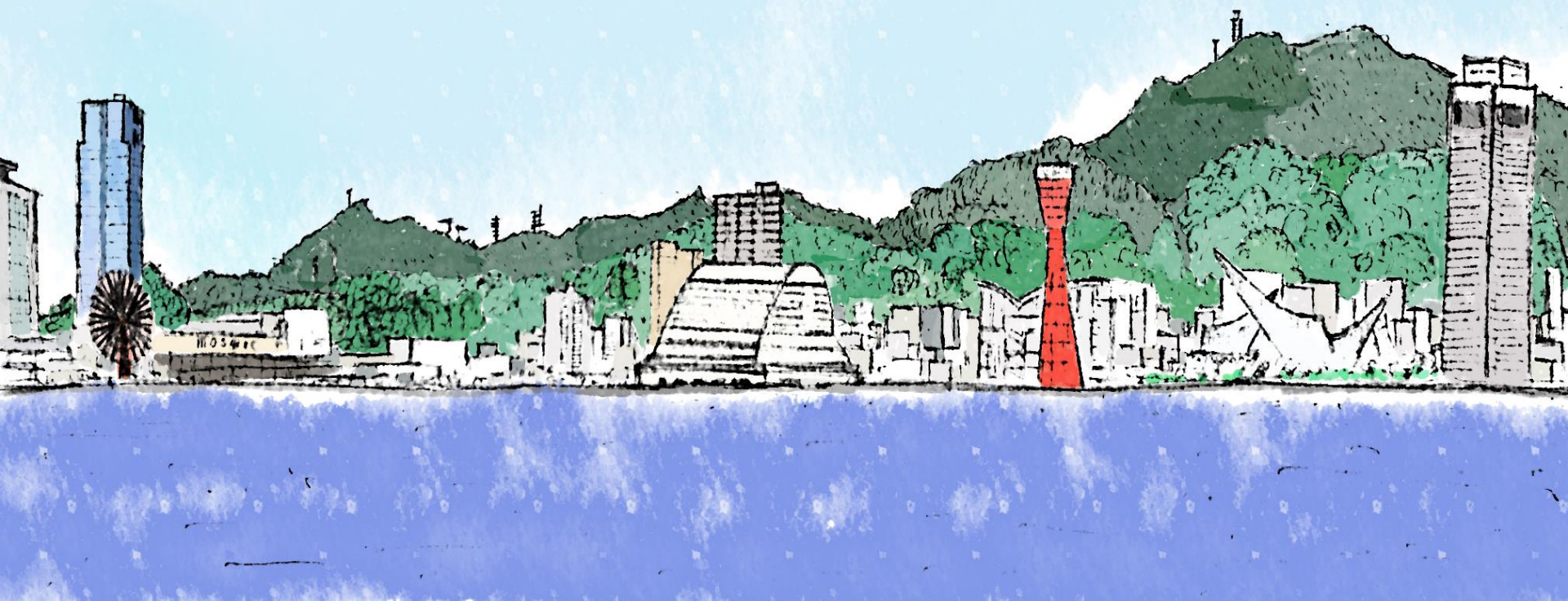
日 時 : 2025 年 6 月 3 日 (火) 6:00PM-8:40PM Meeting time 5:50PM

場 所 : 兵庫国際交流会館 (兵庫県神戸市中央区脇浜町 1 丁目 2-8) 3F 多目的ホール

- 1) 開会 (本日の流れ、スタッフ紹介など) (Opening)
- 2) 講義・グループディスカッション(lecture・group discussion)
 - インターンシップの目的とは (What is the aim of this internship?)
 - インターンシップ参加にあたり必要なこと
(What are the prerequisites for participating in this internship?)
 - 交流会に向けて (Preparing for the networking event)
 - 受入企業の紹介とエントリーについて
(Information about participating companies and how to apply)
- 3) 今後のスケジュール、連絡事項について(Schedule and Announcements)
 - 交流会までの準備について・心構え(Preparing for the networking event)
 - 今後のスケジュール(Schedule)
 - 確約書(Letter of Commitment)

大学コンソーシアムひょうご神戸
ひょうご留学生インターンシップ

2025年度 ガイダンス



インターンシップの目的とは？



【ワーク】

(1)日本での「就職活動」について、どんな不安がありますか？

(2)日本で働くうえで、どんな不安がありますか？

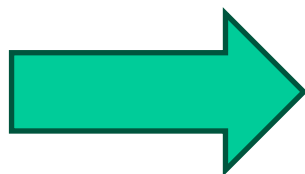
(3)日本で働くことに、どんな期待をしていますか？

自分の考えを整理してください。

周りの方と意見交換しましょう。



1分程度



3分程度

就職活動とは

「_____に_____を売り込むこと」

でも…

①売り込む相手＝企業・仕事・求められる人物像が、分からない(知らない)…

②売り込むモノ＝自分のことが、意外と分からない(知らない)…

⇒「知らない人へ

知らないモノを売り込むようなもの…！！」

<対策>

① 相手(企業・仕事・求められる人物像)を知る

「企業概要、事業内容、経営理念やビジョンは？」

「職種、仕事内容は？」

「社風や、求められる人物像は？」

② 自分を知る

「自分の顔・表情は…？（鏡や写真を見てみると？）」

「自分の声は…？（録音して聞くと？ 意外な声…）」

「自分の動作や姿勢、癖は…？（動画を見て驚く…）」

「自分の内面は…？（長所、強み、短所、ビジョン、信条は…何？）」

⇒相手と自分を知るには「時間」が必要

インターンシップは

「企業・仕事」「自分」を知る 絶好の機会

なぜ、留学生こそインターンシップに参加するべきなのか

このプログラムは、「試して学べる」機会
不安を減らして、期待を具体化する第一歩！

① 就職活動に向けた準備

- ・企業／仕事選びの自分なりの「軸」を持つことが出来る
- ・自分の強みや弱み、やりがいがあると感じられる仕事分かる

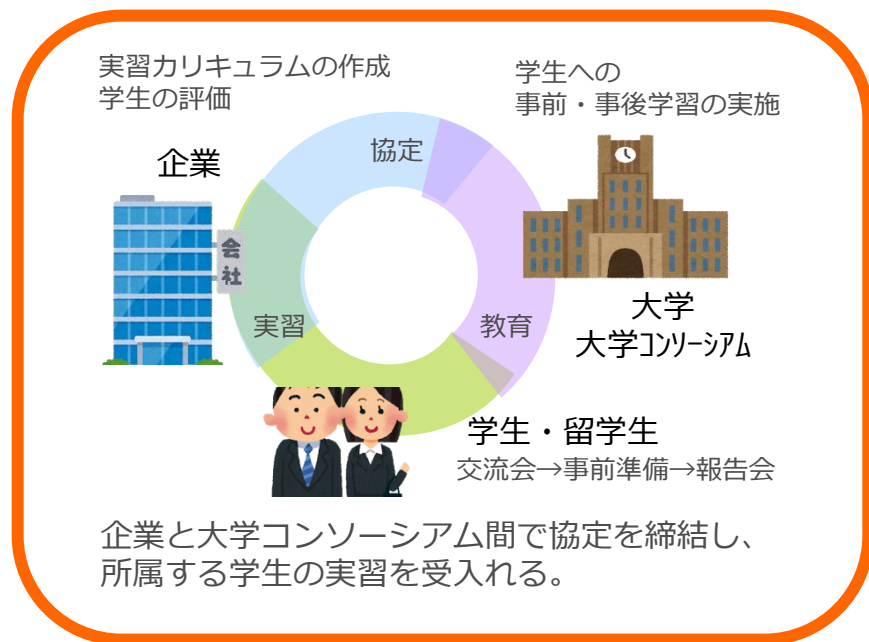
② 日本で自信を持って働くための準備

- ・実際の職場を体験することで職場の雰囲気やチームでのやりとりを理解し、働くイメージが具体的にになれば、漠然とした不安が解消出来る
- ・語学だけではない、留学生の多様な経験や考え方が、会社の中で役立つことが実感できる

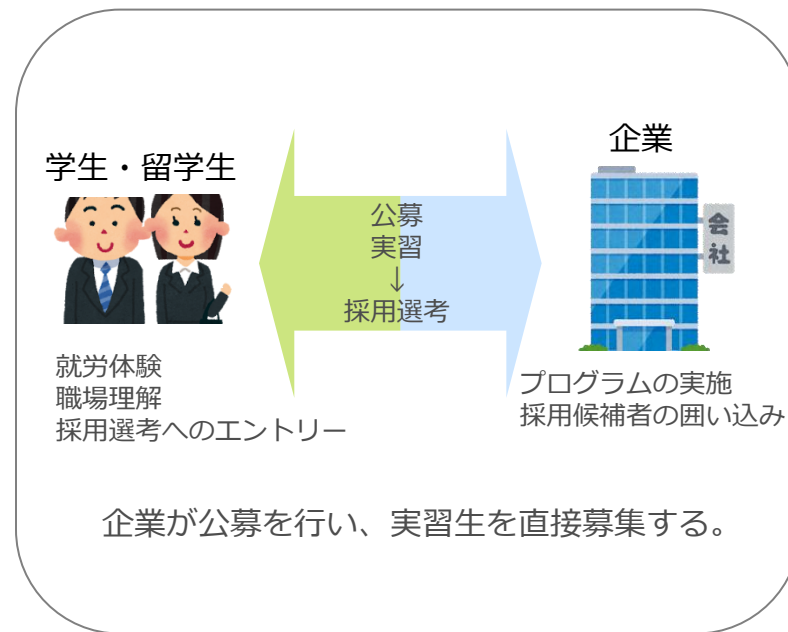
インターンシップとは何か ～本プログラムの目的～

大学コンソーシアムひょうご神戸の留学生インターンシップは、**教育の一環として、実習生の皆さんの日本企業への理解を深めること、将来の就職活動を支援すること**を狙いとして実施しています。

本プログラムが実施するインターンシップ



企業が独自に募集するインターンシップ



実施の目的は、企業と留学生の相互理解

- 留学生の採用・活用に興味のある企業が参加
- 留学生は、「日本企業で働くこと」について理解

実施の目的は、企業PR

- 自社の選考を受けてくれる学生の確保
- 優秀な学生の囲い込み

インターンシップの目的を正しく理解し、交流会等を通して企業の事業内容や企業が留学生に求めることを理解したうえで実習に臨むことで、

日本企業で就職し、活躍できる力をつけるためのプログラムです。

インターンシップ参加にあたり 必要なこと



■ インターンシップ実習中、実習後に関すること

- 受入企業が提示した実習内容と就業規則に従って、誠実に実習を行ってください
- 服装や身だしなみについては、受入先企業の担当者の指導に従ってください
- 原則として、実習の報酬（交通費含む）は支給されません
- 実習において知り得た情報の一切を漏らしてはいけません
またその内容を実習以外の目的に利用すること、名誉毀損等に関わる行為は、
実習中はもちろん、実習が終了してからも行ってはなりません

■ 今後のインターンシッププログラム参加のルールについて

- 今後のインターンシップに関わる研修および報告会には必ず出席してください
- 研修時に指示のあった日報や報告書等の提出義務を必ず守ってください
- 連絡なく実習に出席しなかった場合や、必要な提出物を提出しなかった場合は、
実習が中止になることがあります

「誓約書」の提出について

■インターンシップが決まったら、受入先に「誓約書」を提出します・

_____年_____月_____日

御中

誓約書

このたび私は、大学コンソーシアムひょうご神戸の「ひょうご留学生インターンシップ」の受講生として、貴社（機関）において、インターンシップ実習生として実習をさせていただくこととなりました。実習にあたっては、以下の事項を厳守して、実習に専念することを誓約いたします。

記

一、貴社（機関）の就業規則および諸規定を遵守します。

一、実習中は、事故を起こさないよう細心の注意を払って就業いたします。万一自己の不注意により負傷および器物に損壊を与えた場合は、自己責任で対処いたします。

一、実習期間中に知り得た貴社（機関）の機密情報や個人情報に関することを、実習期間中はもちろん、実習終了後も一切他言しません。

一、無断で欠席、遅刻、早退はいたしません。やむをえない事情がある場合は、必ず実習先に連絡します。

一、貴社（機関）の実習指導責任者の指揮および監督に従って就業し、職場秩序を守り、実習生として品位品格を損なうことはいたしません。

以上

所屬 _____

本人氏名 _____ 印 _____

現住所 _____

誓約書とは・・・

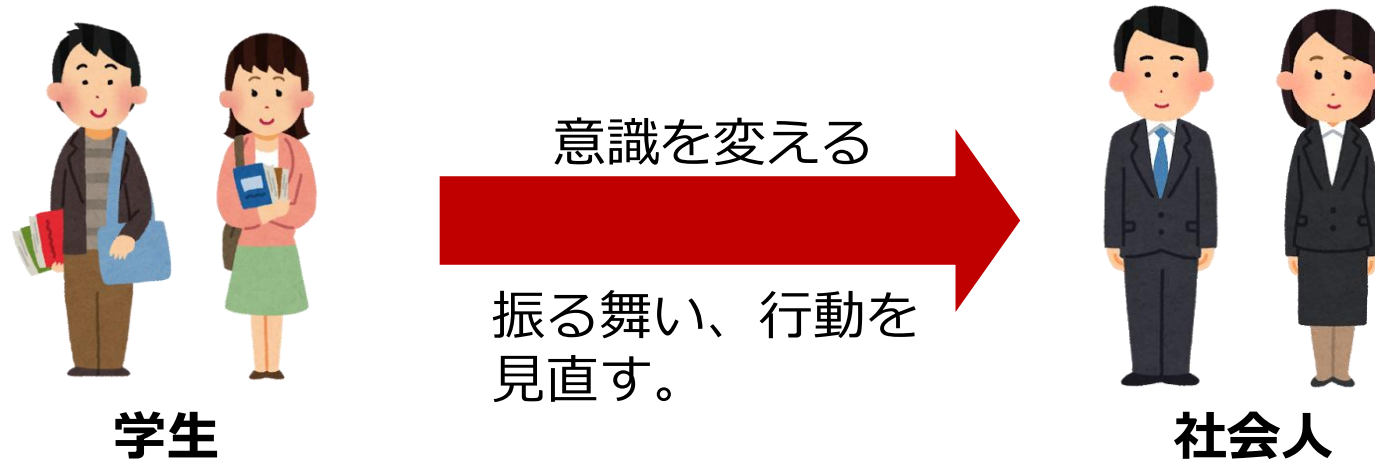
提出者が何らかの事項を約束し、提出先に対し義務を負う内容の書面です。

今回はインターンシップ受入先に対し、

- ①指示されたルールを守ること
 - ②自分の不注意で相手方に与えた損害は自己責任で対処すること
 - ③実習中に知り得た機密情報や個人情報は、第三者に開示しないこと
 - ④無断欠席・遅刻・早退等をしないこと
 - ⑤職場秩序を守り、品位品格を損なう行動はしないこと
- を約束します。

直筆署名・捺印のうえ、提出する正式な文書です。失礼の無いように慎重に準備しましょう。

「社会人」としての意識を持った振る舞い、行動が必要です。



- ・ インターンシップ生であっても、外部の方からは「企業の一員」と見られます。社会人として恥ずかしくない振る舞い、行動を心がけ、実習先の評価を落とすことがないように意識しましょう。
- ・ オフィスは「仕事をする場所」です。
「親しき仲にも礼儀あり」お互いに気持ちよく仕事ができる環境を作ることが大切です。
- ・ 相手の立場を理解し、相手の気持ちや想いを想像して、期待に応えられる努力をすることが人としての成長にも繋がります。

Fさんは、月曜日からあるメーカーでインターンシップ実習生としてお世話になっています。初日に会社のこれまでの歴史や経営理念、またモノづくりへのこだわりを聞いてこの会社への興味がさらに高まりました。

そして今日は、工場見学をさせてもらえるので、とても楽しみで、積極的に質問もしました。

ところが、スマートフォンで工場の様子を写真に撮ったところ、案内してくれていた社員さんから、「勝手に写真を撮ってはいけない」と厳しく注意されてしまいました。



Q. Fさんは、なぜ注意を受けたのでしょうか？

1.情報漏洩のリスクへの備え

機密情報

企業にとって重大な秘密情報、特定の企業を識別できる情報のこと。
具体的には、在庫情報、企画書、顧客情報、給与情報、人事異動に関する情報、研究報告書、仕入先リスト、マニュアル、営業計画書、設計した図面など

個人情報

個人に関する情報で、その情報に含まれる記述等によって特定の個人を識別できるもの



軽い気持ちでの
SNSでの発信



不注意での
メール誤送信



「うっかり」
資料置き忘れ



社内ルールを
守らずに...



情報漏洩により企業に与えた損害は、インターンシップ保険の補償対象になりません。十分注意しましょう。

ケーススタディ②

Bさんは、夏休みをととても楽しみにしていました。
久しぶりの母国への一時帰国と、日本企業でのインターンシップの予定があったからです。

インターンシップは8月26日からと決まったので、
Bさんは前日の8月25日の朝に日本へ戻る航空券を手配し、
久しぶりに母国へと向かいました。

ところが、日本に戻ろうと思ったその日、
空港に向かう途中、大型台風が
接近しており、搭乗する予定の飛行機が
フライトキャンセルになっていると知りました。



Q 1. このような場合、Bさんはどうするべきだと思いますか？

Q 2. Bさんのスケジュールの立て方についてどう思いますか？

2.自己管理の徹底による備え

自己管理

自分の生活や行動を自分自身で律し、健康や勉学、仕事など自分の生活をしっかりこなせるようにすること

スケジュール管理、ハウレンソウ

ビジネスでは、「万一の場合」まで考えて計画的にスケジュールを立てることが求められます。本プログラムにおいても、企業でのインターンシップはもちろんのこと、課題の提出期限など、日ごろからのスケジュール管理が必要です。また、何かあれば報告・連絡・相談できるように連絡手段や連絡先はしっかり管理してください。

体調・精神面の管理

毎日の仕事に集中できるための体調管理はもちろんのこと、有意義なインターンシップ期間を過ごすための目標設定などの精神面での準備も大切な要素です。

計画的な スケジュール調整



連絡手段や 連絡先の管理



体調を整え 集中力UP



成長のための 目標を設定



「体調管理」「行動管理」も リスクマネジメント

- 日々の体調管理・精神面の管理
- 実習「期間前～期間中～期間後」＜普段＞
実習への「行き帰り」の行動マネジメント

インターンシップの機会を自分の成長や将来に繋げるために

あなたがインターンシップ受入企業の社員だったら？



1分程度

どちらの学生に来てほしいですか？
その理由も整理してください。

①言われたことはしっかりやるけど、
それ以上は何もしない学生

②言われた仕事が終わったら、自分から
「他にやるべきことはありますか？」と
聞く学生

あなたはインターン先で、上司から「今日中にこの資料をまとめておいて」と頼まれました。作業を進めていると、明らかにミスと思われる箇所や、指示と違う内容があることに気づきました。どうしますか？



1分程度

- ①上司の指示だから何も考えず、そのまま指示通りに仕上げる
- ②上司のミスだと思うので、自分で判断して内容を修正して提出する
- ③「ミスがあったのですが、どうしたらいいですか？」と聞く
- ④自分の気づいた点をまとめて対応を考え、上司に相談しながら進める

交流会に向けて





【日程】2025年6月7日(土) 午後
【場所】兵庫県国際交流会館 3階
多目的ホール

受入企業から経営者や人事担当者が参加されます。
直接お話を聞くことで、企業のことやインターンシップ
で経験できる内容が理解でき、イメージが持てます。

【POINT】

- ・就職活動に向けた、業界・職種研究にも繋がります。よく知らない企業・仕事こそ、このような機会を通して理解を深めてください。積極的に話を聞いてみましょう。
- ・話を聞くだけではなく、積極的に質問をしたり、自分のことについての的確に伝えることが出来るよう、準備しておきましょう。
- ・交流会終了後、インターンシップ実習先希望を決定して、各自エントリーします。企業側に選んでももらえなければ、インターンシップには参加できません。受入企業のことを理解し、目的意識をもって参加を希望していることを伝える必要があります。

①有意義なインターンシップを行うための貴重な相互理解の機会です。

- ・交流時には、話を聞いているだけでなく、積極的に質問やPRをしましょう。
- ・自分が志望先を選ぶだけでなく、企業の方からも評価される場であることを意識しましょう。

コミュニケーションも
問題なさそうだし、
想像以上に積極的だわ。
社員にとっても良い
刺激になりそう。



②交流することで、可能性(実習内容の幅)が広がります。

- ・自分のスキルや経験は積極的に伝えましょう。
- ・企業が「留学生に期待すること」を積極的にヒアリングし、意見やアイデアを伝えましょう。
- ・自分にとって理解しにくい業種や仕事内容でも、だからこそ直接お話を聞いてみましょう。

そんなスキルが
あるなら、他の
部署での受け入れも
考えてみようかな。



③インターンシップに必要な「主体性」を交流会で発揮してみましょう！

- ・交流会では、「主体性」を持って一歩踏み出すことを意識し、自分の未来の可能性を広げてみましょう。
- ・企業にはさまざまな仕事があるので、「専門とは関係ないから」など自分のイメージや思い込みに縛られず、いろんな企業の話聞いて、自分の希望や考えも積極的に伝えてみましょう。
- ・「思いがけない発見や偶然の幸運」「価値あるものを偶然見つける能力」を意味する「セレンディピティ(Serendipity)」という言葉もあります。



【参考資料】身だしなみチェック(男性編)



- 清潔感のある髪型。長髪、染髪は印象が悪い。
- 髭はしっかり剃って清潔に。

- スーツはシングルで、色は濃紺・黒が基本。無地のものを選びましょう。
- スラックスの裾はシングル。
折り目をきちんとプレスし、ベルトもシンプルなものをつけること。
- シャツは白が基本。カラーやストライプ柄は避ける。
首周りや袖の長さなど、サイズが自分に合ったものを選びましょう。
また、透けるので、下に色・柄のあるTシャツなどを着るのは避けましょう。
汚れも目立つので、清潔でちゃんとアイロンのかかったものを着用します。
- ネクタイは、派手な柄は避けましょう。また、しっかりと結びましょう。

- アクセサリーは不可。

- 腕時計は、派手なものは避けましょう。
面接中や試験中は、携帯電話・スマートフォンで時間を確認してはいけません。

- 靴は、ビジネス用の靴で、色は黒が基本。
しっかり磨いておきましょう。
- 靴下はビジネスソックスで、色は黒、紺、グレーなどダーク系のもの。白い靴下、スポーツソックスはタブーです。



- メガネは、カラフルなフレームは避け、レンズの汚れにも気を付けましょう。

- 鞆はA4サイズが入るシンプルなデザインのもの。色は黒が基本です。

【参考資料】身だしなみチェック(女性編)



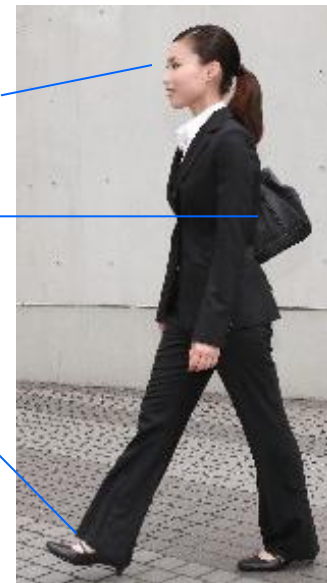
- 清潔感のある髪型。染髪は印象が悪い。前髪で顔が隠れないようにする。
- 自然なメイクで派手にならないように。

- スーツの色は濃紺・黒が基本。無地のものを選びましょう。
ボタンは2～3個のシングルが基本です。
- スカートはタイトスカートが基本。丈は、立った時に膝が半分隠れるくらいの長さにしましょう。丈の短すぎるスカートは、相応しくありません。
- スラックス(パンツスーツ)でも問題ありません。裾はシングル。
折り目をきちんとプレスし、ベルトもシンプルなものをつけること。
- シャツは白が基本。
カラーやストライプ柄は避ける。色や胸元の開きすぎているものは避けましょう。

■アクセサリは不可。

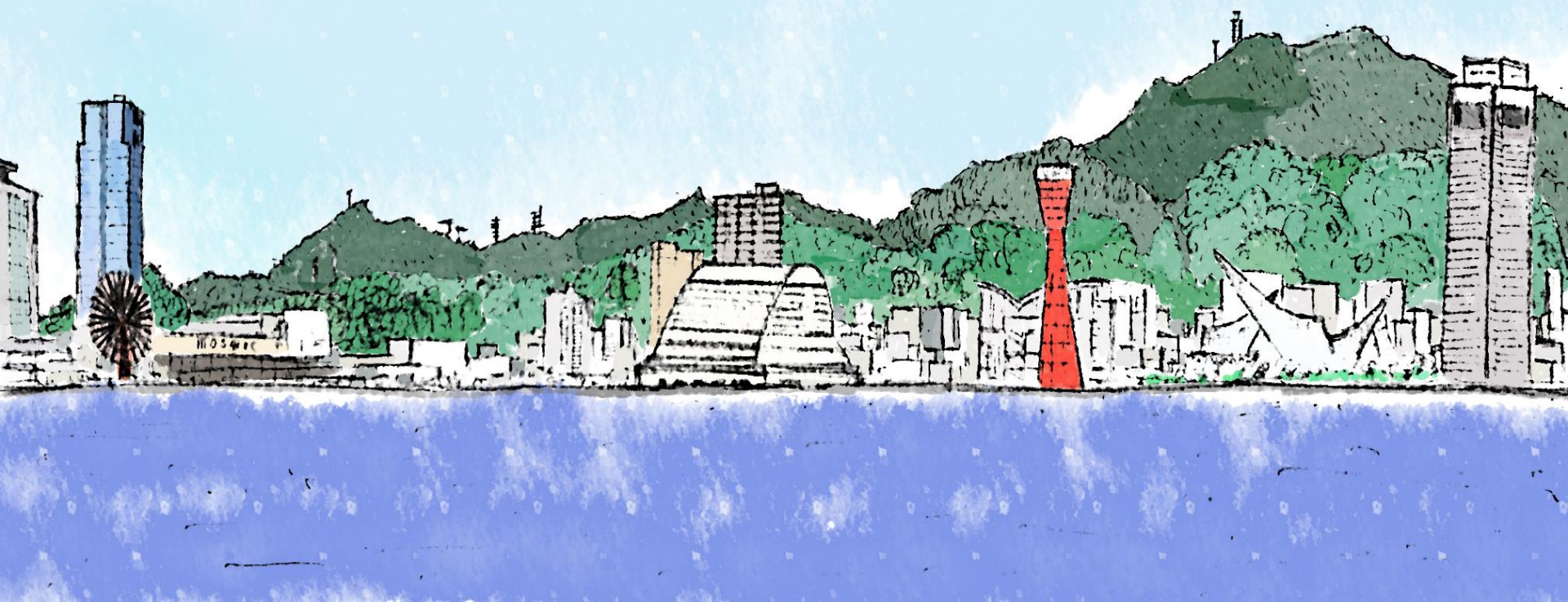
■腕時計は、派手なものは避けましょう。
面接中や試験中は、携帯電話・スマートフォンで時間を確認してはいけません。

- メガネは、カラフルなフレームは避け、
レンズの汚れにも気を付けましょう。
- 靴はA4サイズが入るシンプルな
デザインのもの。色は黒が基本です。
- 靴はビジネス用のパンプス。
色は黒が基本。
ヒールの高い靴は印象が良くありません。
- ストッキングは肌色のものを着用。
伝線していないかチェックしましょう。
素足はタブーです。



大学コンソーシアムひょうご神戸・ひょうご留学生インターンシップ

2025年度 インターンシップ事前研修



本日の目的

交流会およびその後のエントリーに向けて

- ・ インターンシップで学びたいこと
- ・ 企業の魅力を知るための視点

を整理する



インターンシップとは、「**社会人**」としての在り方を学ぶ機会

社会人(正社員)とアルバイトの違いについて、 グループ内で意見交換してみましょう。

	社会人（正社員）	アルバイト
①待遇や収入		
②仕事内容		
③仕事に対する意識		



グループ内自己紹介 分、意見交換 分 計 分

■ 社会人として持つべき**5つの意識**

① **顧客志向**を持つ

あらゆる仕事は、お客様/相手があって存在する。
「後工程」はお客様という意識を持つ。

② **目的・目標**を持つ

すべての仕事において目的・目標を理解する。
自らの目標を設定し、その達成に向けて努力する。

③ **貢献**を考える

仕事とは、必ず人や組織の役に立つ。
組織への貢献を考えて行動する。

④ **自己成長**を図る

仕事は、自分を成長させるチャンスである。
成長の機会を逃さない。

⑤ **チームワーク**を発揮する

一人で成し得る仕事はほとんどなく、人との協力が必要。
チームの一員として何ができるかを考える。

企業の魅力を知るための「視点」

企業の活動とは

- ①「」「」を市場・顧客に提供し
- ②「」に見合った利益を得て
- ③「」、「」、「」などに再投資し、
- ④さらに「」を高めて、存続・成長することで
- ⑤「」「」「」などで社会に貢献することである。

どの企業にエントリーするか

① 企業や事業内容、そこで働く社員の方々への興味・関心

交流会で話を聞き、企業やその事業内容、社員の方々の様子を見て自分もその一員として就業体験をしてみたいと思えるかどうかを考えて判断しましょう。

② インターンシップ参加の目的・目標

インターンシップ参加にあたり、自分が考えている目的・目標にあった経験ができるかどうかを考えて判断しましょう。

③ 基本的な条件

実習日程や通勤時間・交通手段などの条件に無理がないかどうか、事前にしっかり確認しましょう。

※複数の企業にエントリーすることは可能ですが、決定したら原則辞退は出来ないなので、スケジュール確認を徹底してください。

エントリー時に企業に伝えること

① 志望動機

自分が**インターンシップ**を志望する企業ごとにそれぞれ理由を**伝える**必要があります。

② 自己PR（自分の強み、長所、特徴）

- ・ 志望先の企業や、インターンシップ内容に合わせて、自己PRを**考える必要**があります。

③ インターンシップで学びたいこと

- ・ 志望理由とも関連した項目ですが、**●●を学びたい、●●にチャレンジしたい**ということだけではなく、その理由を含めて**伝える**ことが望ましいです。

①志望理由

企業にとって、皆さんの「志望理由」は、一番関心がある項目です。

1.事業やインターンシップ内容への興味関心

- ・ **事業のどのような点に興味**を持ったか
- ・ **インターンシップ内容のどのような点に関心**があるかなどをまとめましょう。

2.交流会での印象や感想

- ・ **共感**できたこと
 - ・ **意外だったこと**や**初めて知ったこと**
 - ・ **社員さんのお話や雰囲気から感じたこと**
- などをまとめましょう。

⇒ 1. 2をしっかりとまとめると、
「だからこそ、貴社でのインターンシップを志望したい」という志望理由が明確になります。

②自己PR（自分の強み、長所、特徴）

「どんな人物なのか」を理解してもらうために、大切な項目です。

自己PRは、志望先の企業やインターンシップ内容に合わせて1つ（または2つ）に絞って伝えましょう。

1.性格や資質のPR

「責任感」「協調性」「粘り強さ」など、自分の性格や資質を表すワードだけではなく、**それを表すエピソードをしっかりと伝える**ことで説得力が増します。

2.スキルや能力のPR

IT系スキル、学んでいる専門分野や資格などを記載するだけではなく、**なぜそれを身につけようと思ったのか、どのように努力したのかにも触れる**と、より良いPRになります。

3.ガクチカ（力を入れてきた、乗り越えた経験など）

学生時代に力を入れて取り組んだことや困難を乗り越えたことなどがPRになります。ただし、**やったことを説明するだけでなく、その結果どのように成長できたのかをしっかりと伝えましょう。**

③ インターンシップで学びたいこと

インターンシップ先で学びたいこと、チャレンジしたいことに加え、なぜそう思うのか、将来にどのように繋げるかも考えてみましょう。

学びたいこと、知りたいこと⇒

(例) インターンシップを通し、**製品が消費者に届くまでの工程を学び、またその中で、メーカーには、どのような仕事があるのかを理解**したい。

なぜそう思うのか、その理由⇒

これまでは、**消費者の立場でしか考えたことがなかった**ので、自分が**どのような働き方ができるのか具体的なイメージが乏しかった**。

どのように将来に繋げるか⇒

メーカーでの様々な仕事内容を知り、**留学生として自分がどのように活躍できるかを考えたい**。

目標設定について



目標設定をすることは、非常に大切で重要なことです。

なぜなら、目標設定が具体的に示されれば示されるほど「今何をすべきなのか」「次に何をすべきなのか」がはっきりとしてくるからです。



目的地は…？

到達するための経路は…？

到着するために必要な準備は？

◆目標設定のポイント

- ①目標とは、自分の設定したゴール(ここに行き着こうと考える状態)に向かって道を外れないように目印にするものです。
「～したい」という願望にとどまらず、その実現のために
「～の状態になる」「～できるようになる」という
自分なりの到達点を考える必要があります。
- ②そのためには、「将来自分がどうなりたいのか」
「自分にとっての今回のインターンシップの意義」
「実習先企業やその業界、実習でできること」について
十分に考えなければなりません。
- ③そのうえで、ゴールに向かうための具体的な行動を定めましょう。



【目標設定シートに関して】

- ①資料「目標設定のヒント」「目標設定シート(サンプル)」を参考に
下記、動画を視聴し、ステップに沿って目標設定を行いましょう。
- ②「目標設定シート」に自身の目標、達成のための行動計画を記入しましょう。
注意：自分の考えを自分の言葉で書くことが重要です。
サンプルの内容をそのまま使用しないようにしましょう。
- ③目標設定シートは、**実習先企業への事前訪問の際に持参し
企業のご担当者に自分の言葉でお伝えして、提出します。**
しっかりと考えて書き、準備をしましょう。

【目標設定ワーク 動画】

<https://qr.paps.jp/TBxoF>



目標設定シート

大学名	●●大学	名前	●● ●●	実習生番号	
実習先	株式会社●●				

I. 自分の成長に関する目標

■現在の状態(克服したい課題や伸ばしたい強みなど)

- ・ビジネス日本語力に自信がないので、自分から意見を言うことが苦手である。
- ・人前に立つと緊張してしまうので、積極的になれない。
- ・世の中にどのような仕事があるのか、自分がどのような仕事に向いているのか知りたい
- ・現在学んでいるマーケティングの知識を活かしたい。

■インターンシップを終えた時に、どのような状態になっているか(=具体的な到達点:Goal)

- ・ビジネスの場に相応しい話し方ができるようになっており、皆の前で質問や意見を発言できる。
- ・失敗を恐れずに、積極的に行動できる。緊張したとしても、ちゃんと伝えるべきことは伝えられる。
- ・実習先の組織や部署の役割、それぞれの仕事内容を理解して、自分の向き・不向きを考えられている。
- ・学校で学んでいる「理論」をビジネスの場で使うためには、どのようなスキルや知識が必要か理解している。

■目標達成のためのステップ(具体的な行動計画)

①インターンシップ実習前に取り組むこと

- ・ビジネス日本語やビジネスマナーを復習し、出来る限り身につけておく。
- ・日頃から、何事にも積極的に取り組み、行動するように意識を変える。
- ・一般的な職種とその役割は予め調べて理解しておく。
- ・マーケティングの基礎を復習し、実習先の事業に当てはめて考えておく。

②インターンシップ実習期間中に取り組むこと

- ・社員の方々の言葉遣いをしっかり聞いて、自分も社会人に相応しい話し方が出来るようになる。
- ・実習中は、自分の感想や疑問を自分の言葉にして出来るだけ発言するようにする。また、日誌に文章でまとめる。
- ・発表前は、発表のための資料を作成し、時間配分を考え、練習などの事前準備をしっかりと行う。
- ・実習で関わる企業の方々が、どのような仕事をされているのか、自分から質問して話を聞く。

③インターンシップ実習期間終了後に取り組むこと

- ・実習中に出来たことと出来なかったことを把握する。出来たことについては、もっと工夫できることはないかを考え、出来なかったことについては、なぜ出来なかったのか、どうしたら出来たのかを考え、次からの行動を改善するようにする。

Ⅱ. インターンシップ先の実習内容に関する目標

■ インターンシップ先で予定されている実習で意識して取り組みたいこと、期待していること

- ・お客様と接することが出来るので、笑顔での挨拶を実践し、日本のおもてなしを学びたい。
- ・「チームで働く」とはいったいどんなことなのか、何に気をつけたら良いのか、社員さん達の仕事ぶりから理解したい。
- ・外国人留学生が、実習先の事業においてどのような貢献が出来るかを考えたい。
- ・お客様のニーズを把握した対応が出来るように、「質問力」を身につけたい。

■ インターンシップを終えた時に、どのような状態になっているか(=具体的な到達点: Goal)

- ・好印象を持たれる挨拶や振る舞いができ、日本のおもてなしを理解して実践できる。
- ・チームに貢献できる働き方を理解しており、自分もチームの一員として認められる人になっている。
- ・実習先の事業の方向性を理解しており、そのために留学生の強みがどのように活用できるか具体的に提案できる。
- ・お客様のニーズを的確に把握し、それに対して何をすべきか理解して、実際に行動できる。

■ 目標達成のためのステップ(具体的な行動計画)

① インターンシップ実習前に取り組むこと

- ・日頃より、自分から笑顔で挨拶することを心がける。
- ・効果的な質問の仕方について、事前に学ぶ。

② インターンシップ実習期間中に取り組むこと

- ・社員の方がなぜそのような行動やコミュニケーションを取るのか、その理由まで考える。分からない場合は、質問する。
- ・報告・連絡・相談を実践する。チーム全体を把握できるよう、自分のことについては事前準備を徹底し、余裕を持つ。
- ・経営者や社員の方々とコミュニケーションを取り、留学生に期待していることをヒアリングする。

③ インターンシップ実習期間終了後に取り組むこと

- ・自分がどのような仕事にやりがいを感じ、どのような組織でどのように働くのが適しているのかを考え、就職活動に向けた自己分析、業界・企業研究をスタートさせる。

Ⅲ. インターンシップ先に貢献すること

自分がやること	・毎日、笑顔で挨拶を徹底する。 ・インターンシップを通して経営理念や事業内容を学び、「留学生の目から見た会社の魅力」「留学生から見た会社の不思議」をまとめ、最終日に報告する。
提供できる価値	・職場の雰囲気良く、皆が気持ちよく仕事ができるようになる。 ・これからの留学生採用や外国人社員の活躍のために、留学生の意見が参考になる。

【重要！】今後のスケジュール

スケジュール			留学生	企業	大学
6月	7	土	留学生と企業の交流会&エントリー	参加必須	可能な限り参加をお願いします
	8	日			※学生相談時に対応
	9	月			学生のエントリー情報を、メールにて随時共有
	10	火			第1希望で受入不可になった学生に、第2希望、第3希望の結果を待つように案内をお願いします
	11	水		第1希望・受入可否結果が届く	第1回の選考で定員が充足→選考終了
	12	木			充足に満たない場合は、第2回の選考に進む
	13	金			コンソ→企業 第2希望リストを送付
	14	土			選考期間
	15	日			
	16	月			
	17	火			受入可否判断締め切り:17日15時まで
	18	水		第2希望・受入可否結果が届く	第2回の選考で定員が充足→選考終了
	19	木			充足に満たない場合は、第3回の選考に進む
	20	金			コンソ→企業 第3希望リストを送付
	21	土			選考期間
	22	日			
	23	月			
	24	火			受入可否判断締め切り:24日15時まで
	25	水		第3希望・受入可否結果が届く	第3希望・受入可否結果が届く→確認
	26	木		受け入れ先が決まった学生から順次、実習先への事前訪問の日程調整を開始します (6月30日までに全学生の日程を確定) 日程調整用のURLを事務局からお知らせします	
	27	金			
	28	土			
	29	日			
7月			事前訪問 (6月下旬～8月上旬)		【事前訪問時】 実習日程の確定、プログラム内容の確認・調整 実習時の持ち物や注意点の確認 など
					【事前訪問前】 「目標設定シート」作成サポートをお願いします。(マニュアルP31)
	8月		インターンシップ期間 8月～9月上旬	参加必須	【実習中:可能な範囲で毎日ご対応ください】 ・「実習日誌」へのフィードバック ・実習の様子を写真撮影してスプレッドシートへUP 【実習最終日】 ・「実習日誌」「報告書」のコメントを記入して、学生に原本をお渡し頂き、企業側でコピーを保管ください。 【実習後1週以内】 ・「評価シート」を作成ください。 ・「実習日誌」「報告書」「評価シート」のURLを共有します
				ガイダンス時に配布している「緑ファイル」を見て対応してください。	必要に応じて学生のフォローをお願いします。
9月	20	土	インターンシップ報告会 留学生×企業交流会 企業×大学交流会	参加必須	参加をお願いします
					詳細は別途ご案内します

【重要！】今後のスケジュール

【企業の方へ】

- 第1希望で留学生数が受入人数に満たない場合に、第2希望、第3希望の選考に進みます。
- 合否決定の締め切りは厳守お願いいたします。
各エントリーの合否決定日15時以降に大学と本人へ結果を連絡します。(マニュアルP18参照)
- 事前訪問のスケジュール調整をWeb上で行います。企業ごとにURLをお知らせいたします。
- 事前訪問後、正式に受入が決定したのち、事務局からインターンシップ受入に関する「覚書」をお送りします。訪問時にお渡しいただくかご返送をお願いします。(マニュアルP20参照)
- 学生は遅刻、欠席の際は分かった時点で企業へ連絡します。
お昼休みなどに大学、コンソへ連絡するように伝えていますが、
学生から連絡が無く出勤していないなどがあればコンソ事務局へご連絡ください。
(マニュアルP20参照)

【大学の方へ】

- 学生のエントリー情報は、フォームズの投稿通知メールにて随時自動共有されます。
- 内容をご確認頂き留学生へのサポートをお願いします。(マニュアルP30参照)
- 事前訪問は可能な範囲で同行をお願いします。
- 学内で実施される各種講座やセミナーの積極的な受講を学生にご案内ください
(マニュアルP31参照)

6月～9月プログラム日時・詳細 (program day & details)	時間 (time)	場所 (place)	服装・持ち物 (clothing & belongings)
6/7(sat) 留学生と企業の交流会&エントリー (Networking event and entry with companies) 9:30AM-10:30AM 就活のための日本語講座 (任意参加) Japanese lesson for job-hunting (attendance is optional) 11:00AM-12:10PM 事前研修 (pre-orientation) 1:00PM-5:00PM 交流会&エントリー 第1希望から第5希望までの企業にエントリーします。 (On the day, you will apply to companies ranked from your first to fifth preference)	11:00AM-5:00PM 10:50AM に集合	兵庫国際交流会館(Hyogo International House)	・リクルートスーツ(business suit) ・筆記用具(stationery) ・昼食(lunch) ・飲み物(drink) ・携帯電話(mobile phone) ・ガイダンスで配布した緑のファイル (green file)
エントリーの結果の通知 (return about the entry)	・第1希望結果通知 →6/11 ・第2希望結果通知 →6/18 ・第3希望結果通知 →6/25		(Result of the first-choice company) (Result of the second-choice company) (Result of the third-choice company)
7月 インターンシップ企業へ事前訪問 (Preliminary visit to the internship company) 誓約書・目標設定シートを提出 (Submit a pledge and goal setting sheet)	6月中に日時を決定(The schedule will be finalized in June.)	企業(company)	・リクルートスーツ (business suit) ・筆記用具(stationery) ・誓約書(pledge) ・目標設定シート(goal setting sheet)
8月-9月 インターンシップ (the internship)		企業(company)	・リクルートスーツ (business suit) ・筆記用具 (stationery) ・企業から指示があったもの(required items from the company) ・PC (あれば) (if you have one PC/LapTop)
9/20(sat) 報告会(Debriefing Session) 12:30PM 集合 (attendance) 13:00-17:00 報告会 (Debriefing Session)	12:30PM-5:00PM	兵庫国際交流会館(Hyogo International House)	リクルートスーツ (recruit suits) 筆記用具 (stationery)

注意事項・準備すること

□ 全てのプログラム参加にあたって注意事項 ※時間厳守&事前準備を徹底しましょう！※

☆自身のスケジュール管理(6月～9月)→企業での実習日やコンソのイベントの日をメモしましょう！

(授業やアルバイトなどと、ダブルブッキングがないように！)

☆リクルートスーツ・名刺入れ・ビジネスバック・ビジネスシューズの準備(ない場合は事前に購入する)

☆2分ほどの自己紹介準備(事前訪問時や、いろいろな場面で話せるようにしておく)

☆実習希望先への志望動機整理(事前に企業のHPなどで調べる)

☆自学主催のキャリアセミナーやビジネスマナーセミナーは積極的に受講しましょう



□ 企業事前訪問にあたっての注意事項

☆事前訪問は、原則リクルートスーツ着用です

☆**目標設定シートの作成**(実習先企業で学びたいこと・自己成長の目標設定)→訪問時に企業に提出

☆訪問時にインターンシップへ向けての意欲を伝えられるように準備しましょう

・実習でどのような勉強、経験をしたいのか？ ・なぜこの会社を志望したのか？ など

☆訪問先の場所確認(事前訪問当日はコンソスタッフを企業まで案内できるように調べておいてください)

□ インターンシップ直前&実習中の注意事項

<直前> ☆目標設定の再確認・見直し・事前課題整理

☆体調管理・問時に企業から指示を受けたものを準備

☆不明点があれば、そのままにせず実習日までは確認しましょう

<実習中> ☆体調不良や、交通機関など遅れがあった場合は、まずは企業担当者に連絡をしましょう(P16 参照)

☆実習日誌作成(毎日)→実習先の担当者にコメントを頂きましょう

☆実施報告書作成(最終日)→実習担当者からコメントが必要です。コメントが記入されているか確認します

□ 実習後にすること

☆実習最終日の夜～翌日まで:実習先担当者へお礼メールの送信(次のページを参照)

☆実習日誌を見て、自身の経験を他人に話せるよう今一度実習内容を思い出す。学んだことや今後に活かしたいことを整理しておきましょう

☆**報告会発表の準備**

□ 報告会:9月20日(土)に参加する

☆実習の振り返り・今後の課題と行動計画の整理・経験共有・ディスカッションなどを行います

☆実習日誌や実習後に振り返った内容を思い出しておき、他者に話せるようにまとめておきましょう

☆当日は実習先企業の前で報告します

☆実習を通じて知り合った仲間との交流を深めましょう！



お礼のメールについて

インターンシップ実習最終日の夜～翌日までに、実習先でお世話になった方へ「お礼のメール」を送りましょう。下記の本文はあくまで一例です。難しい日本語や形式にとらわれすぎず、例文を自分らしくアレンジして、“丁寧に”**“自分の言葉で”**感謝の気持ちを伝えることを大切にしてください。

To: (複数の場合は、役職の高い方から順番に)

cc: kenproj@consortium-hyogo.jp (←**※必ず cc でコンソーシアム事務局を入れてください**)

件名: インターンシップのお礼【大学名 名前】

〇〇株式会社

〇〇部 〇〇課

〇〇〇〇様 (※役職も忘れずに。担当者が複数いれば連名で)

お忙しいところ、恐れ入ります。

大学コンソーシアムひょうご神戸のインターンシップでお世話になりました**〇〇大学の〇〇と申します。**

この度は、このようなインターンシップの機会を与えてくださり、誠にありがとうございました。

改めてお礼を申し上げたくメールさせて頂きました。

※下記内容を具体的に簡潔に、自分の言葉で書いてください

- ①社員とのかかわりでこのように成長できました、というエピソード
- ②インターンシップを始める前と後でどう変わったか
- ③企業に対する想いの変化

(例)

インターンシップに参加して、実際に貴社の業務を体験させて頂き、営業の難しさを改めて感じました。また、日本におけるビジネスマナーを実際に肌で感じる事ができ、最初とはまどう部分もありましたが、丁寧に教えて頂いたおかげで、日本で働くことについてのイメージが明確になりました。より一層日本の企業で活躍したいという気持ちが強くなりました。

このようにインターンシップで学んだことを、今後の就職活動に活かせるようにこれからも努めていきたいと思います。

お忙しい中、いつも丁寧にご指導いただきまして、ありがとうございました。

末筆ながら、貴社のますますのご発展と皆様のご多幸をお祈り申し上げます。

=====

〇〇大学 〇〇学部 〇〇学科 〇年

〇〇〇〇(フリガナ)

電話番号:

メールアドレス:

=====

もしも遅刻しそうなときは？

遅刻しそうになったら…「ハウ・レン・ソウ」の意識を！

“遅刻”とは、集合場所に5分前に到着できないことを言います。

どのような理由であっても、待っている人のことを考えることが大切です。

関わる方への、**報告(ハウ)・連絡(レン)・相談(ソウ)**を心がけるようにしましょう。

ビジネスマナーとして、考え方・行動の仕方を身につける練習をしてください。

A:コンソーシアムのプログラム(ガイダンスや交流会など)に遅れる場合

①コンソスタッフに電話をする

【連絡先】 **078-271-0233、070-1301-1846**

【伝達内容】1.遅刻してしまうこと 2.理由 3.到着予定時刻

②会場に到着後、スタッフの指示を仰ぐ

B:実習期間中(実習先)に遅れる場合

① 実習先に電話をする 【連絡先 】

【伝達内容】1.遅刻してしまうこと(お詫び) 2.理由 3.到着予定時刻

⇒どうしても通じない場合は、まずはメールで連絡、その後電話にて再度連絡

②実習先に到着後、お詫びをし、担当の方の指示を仰ぐ

② 昼休みなどに、所属大学、コンソ事務局に電話をする(状況報告)

【コンソ事務局 連絡先】 **078-271-0233** ←電話番号を登録してください！

一般社団法人大学コンソーシアムひょうご神戸

〒651-0072

兵庫県神戸市中央区脇浜町1丁目2-8 兵庫国際交流会館1F

【TEL】 078-271-0233

【Email】 kenproj@consortium-hyogo.jp

【OPEN】 9:00～17:00(月～金)

Google map ⇒



2025年度 ひょうご留学生インターンシップ 受入企業一覧 28社（5月26日現在）

業種	会社団体名	主な業務	HP(2次元コード)
製造	株式会社大林 (Obayashi Corporation)	フィルム加工販売	
	大和建工材株式会社 (DAIWA KENKOZAI Corporation)	タラップや吊環、屋上マンホールの製造	
	株式会社中央電機計器製作所 (CHUO ELECTRIC WORKS LTD)	計測制御装置、システム	
	TOA株式会社 (TOA Corporation) ※English language support available. (英語対応可)	音響機器の製造・販売	
	日本テクノロジーソリューション株式会社 (Nippon Technology Solution Co., Ltd)	問題解決型事業	
	白鶴酒造株式会社 (HAKUTSURU SAKE BREWING CO.,LTD)	清酒の製造、販売および媒介	
	阪神機器株式会社 (Hanshinkiki, Co., Ltd)	電気機器、板金・塗装 機械加工部品	
	株式会社ヤマシタワークス (Yamashita Works co., Ltd)	金型部品・エアロラップ	
	六甲バター株式会社 (Rokko Butter Co., Ltd)	チーズ等の製造販売、ナッツ等の食品の 販売	
サービス	Earthink株式会社 (Earthink Corporation)	食品・雑貨の企画製造、卸、貿易、小売、通 信販売環境事業	
	株式会社学生情報センター (Nasic Co./ Ltd)	不動産・サービス業	
	株式会社ゼロプラス (ZEROPLUS Co., Ltd)	ものづくり専門経営コンサルタント	
	株式会社パソナグループ (Pasona Group Inc)	人材サービス(人材紹介・人材派遣) 旅 行・ホテル・外食・レストラン・フードサービ ス・プライダル・冠婚葬祭	
	株式会社ブレックス (Blex corporation)	運輸・サービス業	

サービス	株式会社JTB (JTB Corp)	旅行業	
	株式会社ワークアカデミー (WORK ACADEMY corporation)	大学支援・教材開発/販売/研修・採用支援	
IT	株式会社eftax (eftax Co., Ltd) ※English language support available. (英語対応可)	情報通信業	
	株式会社創発システム研究所 (Sohatsu Systems Laboratory Inc) ※English language support available. (英語対応可)	道路トンネルの換気・防災用監視制御システムの設計・開発業務	
	株式会社フジ・データ・システム (FUJI Data System Inc)	ソフトウェア開発、基板設計開発	
	株式会社ベオスアイティホールディングス (Veoz IT Holdings CO., LTD)	ITアウトソーシング事業、スマートフォン向けアプリの開発、業務用アプリの開発、IT教育事業	
医療福祉	医療法人社団星晶会 (Medical Incorporated Association SEISHOKAI)	医療福祉	
	一般社団法人福祉心話会 (General Incorporated Association FUKUSHISHINWAKAI)	医療福祉	
商社	エバオン株式会社 (EVER-ON Inc)	機械部品専門商社	
	株式会社シマブンコーポレーション (SHIMABUN Corporation)	鉄鋼・金属・環境・リサイクル・受託開発	
建設	豊開発株式会社 ((C) YUTAKA KAIHATSU)	建設業	
物流	センコー株式会社 (SENKO Co., Ltd)	陸上運送	
	山村ロジスティクス株式会社	貨物自動車運送事業・自動車運送取扱事業・倉庫業・荷扱い作業の管理及び取扱い業務・人材派遣業・警備業	
公益法人	公益財団法人兵庫県国際交流協会 (Hyogo International Association)	公益財団法人	

アンケートQRコード一覧

日付	学生の皆様	企業	大学の皆様
2025/6/3	自己評価アンケート		
			
	エントリー企業事前調査		
2025/6/7			
	エントリー企業調査	事後アンケート	事後アンケート
			
2025/6/7	振り返りシート		
			
実習終了後		評価シート	
			
		インターンシップについてアンケート	
2025/9/20			
	事後アンケート	事後アンケート	事後アンケート
			
	振り返りアンケート		
			
2025/9/20	自己評価アンケート		
			