



マイ・チャレンジ

work experience

職業体験学習

令和5年度

SALES / CUSTOMER SERVICE

販売・接客

目次

- ▷ヨークベニマル西富山店 関谷 大夢
竹本 明日真
市村 桃香
- ▷ケーズデンキ 志村 颯弥
白石 華蓮
- ▷オータニ永田店 渡邊 聖人
小山田 楓太
沼尾 悠翔
遅澤 杏也
- ▷オータニ西那須野店 大武 蓮
八重樫 建吾
野俣 陸
小川 智可
伊藤 紘寿
- ▷ベイシア那須塩原店 磯 陽花
西海石 莉愛
加藤 心翔
井戸 伸哉
- ▷ファミリーマート 菊池 聖斗
- ▷TSUTAYA400号西那須野店 渡部 真衣
磯貝 聖
- ▷アルペン西那須野店 大平 夏毅
君島 大輝
黒澤 悠真
- ▷フナヨシ 椎木 理央
- ▷信鶴堂接骨木店 矢野 栞音
中川 駆
- ▷モルゲンロート 久高 マリア
- ▷シェレンバウム西那須野店 印南 幸花

目次

- ▷シャトレゼ西那須野店 滝澤 希美
松本 怜奈

- ▷キンセイ堂 岩崎 楓一
金川 矩久

- ▷カインズホーム西那須野店 五月女 大翔
松本 哲兵
飯山 千陽

- ▷五番街 江連 由真

- ▷クリスタルハートケア 渡邊 真愛咲
岡 未心莉
大塚 果

- ▷美容室ZERO 黒尾 こと葉
関 梨花
関 珠乃
土屋オードリーまり江

- ▷Chester 角田 由一
齋藤 義人

- ▷ガスト 福田 羽深
藤田 荷衣奈

- ▷レストランそすい庵 田代 海來
竹内 琉力
中村 真志
大嶋 佑弥
星 蒼太
永山 穂実
岸 彩葉

- ▷道頓堀 本澤 星玲愛
松本 陽菜
益子 亜蓮

- ▷ebass西那須野店 森 悠希
小野崎 海侑
廻谷 泉希

ヨークベニマル西富山店

Member

- ・ 関谷大夢
- ・ 竹本明日真
- ・ 市村桃香



マイチャレンジ

関谷大夢

～迷惑をかけない～



個人テーマとテーマ について考えたこと

個人テーマは迷惑をかけないでした。今回マイチャレンジを行って今回の個人テーマについて考えたことは、色んな人に迷惑をかけないことにより色んな人に手間を掛けさせることなく実施できました。

活動内容

品出し、接客、かごの除菌などをしました。前進は後ろにあって取りにくい商品を前に引き寄せて取りやすくする作業の事です。接客では爽やかな声でいらっしゃいませ、ありがとうございましたなどを言いました。かごの除菌ではセルフレジの近くに除菌できる装置があり高いためかごをその装置に入れて5分間タイマーではかります。タイマーがなったら元の入口付近におきに行きます。



SDGs取り組み

ヨークベニマル西富山店では11番を行っておりダンボールペットボトル、紙パックなどの分別をしており、ただ紙パックなどは従業員の手で行うときもあります。

振り返りと感想

お客様の態度や接し方について、感じたことは人は色んな人がいるからそれに慣れていきたいと思いました。また、改善できることは色んな人に積極的にやることを聞いて動ければいいなと思いました。

ヨークベニマル 西富山店

竹本明日真

個人テーマ 話すことの 大切さを知る

普段の生活では、初対面の人と話すことはあまりなく、なれない環境の中で不安だったのですが、マイチャレンジでは多くのお客様とコミュニケーションを取ることができたので個人テーマの「話すことの大切さを知る」という目標を達成できたと思います



社会に出る上で大切なこと

朝、スタッフルームに入ったときに、スタッフの方々がお互いに「おはようございます」とあいさつをしていました。あるスタッフさんに話を聞くと「あいさつは一日のはじめに仲間と交わすことできょうも頑張ろうと言う気持ちになれるんだ」と話してくれました。

その気持ちに共感し、僕も気持ちを込めて挨拶をしました。

自分の長所

マイチャレンジの中で、あるスタッフさんから「お客様への対応が上手だね」と言われました。自分では、あまり意識したことがありませんでしたが、普段から友達とコミュニケーションを取ることが、好きな方だと気がつきました。今後は、このようなことを意識しながら、さらに自分の長所として伸ばしていきたいです。



感想、振り返り

マイチャレンジを通して、多くのことを学びました。人との関わり方やあいさつなど普段の学校生活で言われていることが、本当に大切なことであることがわかりました。これらのことをより意識しながら生活して生きたいです。また、働くということは、大変なことはもちろんありますが、やりがいのあるものだと思います。どのような職業でも人の役に立つものばかりです。これからの生活の中で、人の役に立つことに積極的にチャレンジしていきたいです。

My challenge

2023年

11月6日

実施

Name 市村桃香

ヨークベニマル西富山店



個人テーマ

働くことの大変さや大切
さを学ぶ

マイ・チャレンジを通じて、働くこととはどんなことなのかを知りたかったからです。
また、普段働いてくれている人がどんな思いで働いているのかを体験し、感謝したいと思ったからです。

社会に出る上で大切なこと

私が社会に出る上で大切だと思うことは、挨拶や礼儀、責任感などです。挨拶も一つのコミュニケーションだと私は思います。だからこそ、毎日当たり前のようにしている挨拶はとても大切なことだと思いました。

また、挨拶や礼儀がしっかりできている人や、責任感が強い人は周囲から信頼される人間になれるし、関係性を深めることができると思いました。

自分の長所

私が思う自分の長所は、笑顔です。仕事中に商品の場所を聞かれることがたくさんありました。その時、笑顔で接客することができました。また、事業所の方にお問い合わせされたことにも笑顔で応えることができました。これからも、笑顔を大切にしていきたいです。そして、これからもっと自分の長所を増やしていきたいです。

感想

今回のマイ・チャレンジを通して、働くことの大変さや大切さについて改めて知ることができました。大変だったけれど、とてもやりがいのある仕事だと思いました。また、挨拶や礼儀は本当に大切なことであるということがわかりました。だからこそ、毎日の挨拶をこれからも大切にし、意識して生活していきたいです。マイ・チャレンジでたくさんのことを学ぶことができました。これからも何事も積極的に頑張りたいです。そして、マイ・チャレンジで学んだたくさんのことをこれからの生活に生かしていきたいです。

HOME

ケーズデンキ

メンバー

- ・ 志村 颯弥
- ・ 白石 華蓮

KS ケーズデンキ

三島中学校

志村颯弥

活動目標

働く楽しさと仕事へのやりがいを見つける

「働く」この言葉は私たちにとって少し距離のある言葉に感じませんか？働くことにマイナスな印象が強いので働く中での楽しさと仕事へのやりがいがあるところにあるのか、普段の生活ではわからないようなところが見つけられるようにしようと思いました。



働いてみてわかったこと

今回のマイチャレンジで実際に職業体験をして、働くことの大変さを。知ることができました。働くことはとても協力が必要なことだとわかりました。



振り返り

今回のマイチャレンジの職場体験学習の体験を通して、知れたこと、得たものを今後の学校生活や、将来の職業を決めるときに役立てたいです。



仕事に必要なスキル

今回の職業体験で仕事をするうえで、大切なスキルを見つけることができました。そのスキルは、自分で進んで取り組む力と仕事の中での楽しさを見つけることだと思いました。理由は、仕事に進んで取り組むことで多くの仕事をこなすことができるため、楽しさを見つけることで自分のモチベーションを高めることができるからです。



ケースデンキ 西那須野店

三島中学校
白石華蓮

2023年11月6日～8日実施

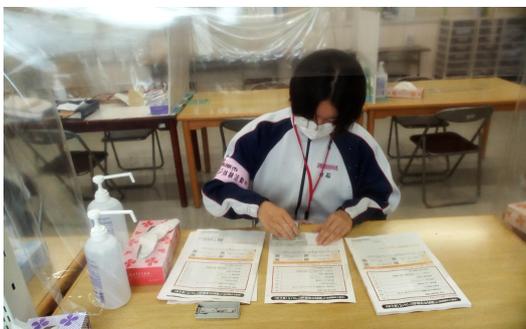
個人テーマ

働くことの大切さを知り

責任感を身につける！

今回のマイチャレンジで私は、働いているときは、できるだけお客様に不快な思いをさせないようにという責任感があり、とても緊張しました。そんな中働いている人たちはスムーズに仕事をこなしていたのを見て、普段の学校生活では学べない働くことの大変さや、お客様に不快な思いをさせないようにという責任感や何かを成し遂げた時の達成感を学ぶ事が出来ました。

体験中の様子



職業インタビューの内容

Q、やりがいを感じる時

A、一生懸命仕事をしてうまく行ったとき

Q初めて知ったこと

A、色々な人がいることがわかった

Q、心がけていること

A、他の人の見本になるようにすること

Q、一番大変なこと

A、人間関係

▶ 1日の活動内容

- ・レジ周りの掃除・会計補助・カレンダーの梱包
- ・品出し・店内の掃除

HOME

感想、振り返り

マイチャレンジを通して私は色々なことを学びました。例えばインタビューで答えてもらった一番大切なことは「人間関係」ということです。私は一番大切なことは礼儀作法などではないかと考えていたのですが、このことを聞いたときにとっても納得しました。礼儀作法もちろんそうですが、人間関係はどんな仕事をしていても学校でも使う大切なことです。私は改めて職業体験が出来てよかったと思いました。

オータニ永田店

メンバー

- ・ 渡邊聖人
- ・ 小山田楓太
- ・ 沼尾悠翔
- ・ 遅澤壱也



個人テーマ

接客の仕方や仕事の内容を学ぶ

設定の理由

普段行っているお店が裏でどのような事をしているか気になったから。



活動内容

僕が行ったオータニ永田店では、1日ごとにお魚、お肉、野菜、デリカ、品出しにわかれてやりました。

1日目はお魚コーナーでした。お魚コーナーでは、皿にお魚をおいたり、決められたグラム数で皿にエビなどを詰めたり、お魚のパック詰めをしたりしました。2日目は、お肉コーナーでした。お肉コーナーでは最初に、品出しと賞味期限チェックをし、終わったら決められたグラム数でお肉を入れたり、パック詰めをしたりしました。3日目は、野菜コーナーでした。野菜コーナーでは、にんじん、キウイ、きゅうりを袋に詰めました。4日目は、品出しでした。品出しでは、賞味期限チェックをしたり、バックヤードから商品を出したりしました。5日目はデリカでした。デリカでは、午前中はお弁当や揚げ物の賞味期限シールを貼って、午後はお掃除と卵焼きを作りました。これで5日間の仕事は終わりです。

感想

この学習を通して、お客様への接客の仕方や挨拶の仕方などを学び、人への言葉遣いを注意していきたいと思いました。マイ・チャレンジで学んだことを、活かして将来に役立てていきたいです。



01

スーパーオータニ

永田店

実施日11月6日

~11月10日

小山田 楓太

個人テーマ

将来就きたい職業の楽しさ や苦勞を知る

普段は商品を買う側の私達ですが、マイチャレンジでは商品売る側にまわり、正しい接客の仕方や商品の陳列の仕方など将来必要なことを学ぶことが出来ました。そこで働いている従業員の方々は、商品によってパックの詰め方を変えたり、陳列の仕方を変えたりと、いろいろな工夫をしていました。地球温暖化が進むうえでどのように陳列すれば食品ロスを減らせるか考えるのが大切だと感じました。



社会に出るうえで 大切なこと

オータニで私達は、どのような職場でも必要なことを学びました。それは、「人と関わること」です。これは直接教えてもらったわけではないですが、この職業体験や他の事業所に行った人の発表を聞いて考えました。人と関わることは、人と話すことや人と行動するだけではなく、お客様が何を考えているかや他の人が何を思っているかを考え行動することも、人と関わらないとわからないことだと思いました。社会ではこのようなことが大切だと私は感じました。



オータニ永田店について

オータニ永田店は、お客様に優しく従業員にも優しい職場でした。私はこのような職場が世の中に増えてほしいと思っています。このような職場は従業員さんも働きたいと思えるし、お客様もこの店にまた来たいと思えます。そうすれば店側もお客様も良い思いができる良い関係になると思えました。



感想・振り返り

私はこのマイチャレンジを通して、色々なことを学び成長しました。将来就きたい職業がどのようなものが少しだけ分かり、日常生活では知ることが出来ないことを知ることが出来ました。「働く」というのはマイチャレ前は生きていくためのお金を稼ぐことだと思っていました。しかし、このマイチャレを通して「働く」というのは社会に貢献し、人のために役に立つことだと考え方が180°変わりました。「働く」というのは、決して楽しい事ばかり、楽なことばかりではないですが、人の役に立てたり、人に感謝されたりと、やりがいのあるものでした。これからの生活では、働いている人に感謝し今後に繋げていきたいです。



沼尾悠翔



個人テーマ

将来必要なことを 学ぶ

普段学ぶことができないことを学ぶことができました。不安なこともありました。お店の人が丁寧に教えてくださりました。自分と店員さんの二人で仕事している時も質問をしてくれたり、笑顔で接してくださったりしてとても雰囲気良かったです。

自分の長所

マイチャレンジ中、従業員の方に仕事が丁寧で早いと言っていただきました。今まで自分では気付きませんでした。この長所を大人になっても活用していきたいです。

今後改善したいところ

今後改善したいところは挨拶を元気よくすることです。どの職場でも挨拶が良くないと良い印象を与られません。わからないところをわからないままにせず迷惑にならない程度に聞こうと思います。

感想 振り返り

お客様とどう接したら良いかを学ぶことができました。挨拶や人との関わりが、いかに大切だということがわかりました。決して楽な仕事ではありませんでしたが、その分やりがいを感じました。自分たちが生活できているのは、たくさんの人が仕事を丁寧にしてくれたからだと実感しました。今回のことを踏まえてどんなことにもチャレンジしていきたいと思いました。

個人テーマ

人生に役立つことを学ぶ

今回のテーマで大切だと思ったことは「礼儀」です。挨拶などを笑顔で、はっきり言うことをお店の人達は考えていました。礼儀は、働く上で一番大切だとわかりました。また言葉遣いも大切だということを、5日間のマイチャレンジを通して、しっかり学ぶことができました。



事業所のSDGsの取り組み

事業所ではSDGsの8番の働きがいも経済成長もなどを特に取り組んでいました。

すべての従業員がやりがいを持って働くことができるように工夫をしていました。

またSDGs 12番のつくる責任つかう責任など食品ロスを減らすために賞味期限が近い商品は値下げをするなどSDGsに取り組んでいました。

社会に出る上で大切なこと

社会に出る上で大切なことは、言葉遣いや自分で考えて行動できる人になることです。目上の人などに正しい言葉遣いをできるようにすることが大切だと感じました。また、人に言われる前に考えて行動できる人が、これからの社会で大切だということも今回のマイチャレンジを通してわかりました。



THE GLOBAL GOALS

HOME

感想、振り返り

普段の学校生活では、あまり学べないようなことを5日間のマイチャレンジを通して学ぶことができました。特に自分で考えて行動するという事は、今まで感じる事ができなかったため今回の体験を通してよく学ぶことができました。最初は不安なことがたくさんあったけれど、5日間のマイチャレンジを通して色々なことを経験できてよかったです。



オータニ

西那須野店

メンバー

- ・ 大武蓮
- ・ 野俣陸
- ・ 八重樫建吾
- ・ 小川智可
- ・ 伊藤紘寿



マイチャレンジ オータニ



個人テーマ 仕事の苦勞と楽しさを学ぶ

普段は買い物などをするだけでしたが、今回のマイチャレンジでは普段見ることのできない開店前の準備や、お客様への気配り、従業員の方々の心掛けていることがわかりました。



社会に出る上で必要なこと

魚介類の担当をした時、担当の方に大切なことは気遣いと教わりました。「片付けや休憩中にちょっとした気遣いができる、周りからも信頼されて良い職場になる」と話してくれました。社会に出た時に必要なことは、少しの気遣いと信頼されることだと思いました。

SDGsの活動

初日の品出しの時、一番最初に教わったことが消費期限が近い商品を手前に置くことでした。また廃棄寸前の商品には値引きをするなど、オータニでは食品ロス削減のため様々な工夫がされていることがわかりました。



感想、振り返り

マイチャレでは普段見ることのできない風景や従業員の方々の努力が知れました。今回のマイチャレンジでたくさんのこと学びました。学校生活では集団行動などで成長の成果を発揮していきたいです。マイチャレンジで学んだことを活かしていきたいです。

FOOD MARKET OTANI

2023

八重樫建吾 フードマーケット

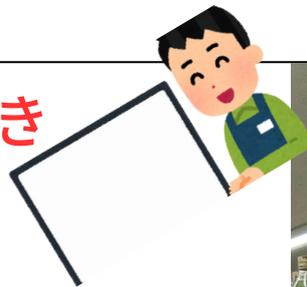
11/6

社会に出る上で 大切なこと

職場体験で学んだことは、挨拶やお客様への気配りです。社会に出ても、コミュニケーションの1つとして、挨拶がとても大切だと実感しました。また、目上の人への気配りもしっかりできるように職場体験中でも心がけました。



今後改善していき たいこと



僕が今後改善していきたいことは接客です。なぜなら店長さんに「接客を頑張ったほうがいいね」と言われたからです。もし接客業についてとしてお客さんとのコミュニケーションが取れていないと駄目だと思い、今後も改善していききたいと思います。



マイ・チャレンジを通して、色々なことを学びました、人とのコミュニケーションや挨拶など、働く上で大切な多くのことを学びました。これからはマイ・チャレンジで学んだことを活かしながら生活していき、人の役に立つような大人になりたいです。

オータニ西那須野店

野俣陸

個人テーマ

お客様との接客を学ぶ

普段の学校生活では経験することができないのでこのマイチャレンジを通してお客様との接客の仕方や言葉遣いを学ぶことができました。



社会に出る上で大切なこと

スーパーや社会に出て大事なことは目上の人との関わり方やあいさつ、お客様との接客の仕方、言葉遣いが絶対必要だと思いました。

まとめ

自分が思っていたより働くことは大変で辛かったけどお客様にお礼を言われたりすると嬉しかったです。働くことは大変なことだけどやりがいがある仕事だと思いました。



オータニ 西那須野店



小川智可

普段は気付けなかった従業員の方々からの気遣いがたくさん感じられた5日間でした。



一日目：惣菜(デリカ)

一日目の惣菜(デリカ)ではお弁当を作る際に盛り付けの配色を考える、きれいに見えるように盛る、具材の量を均等に分けるなど、お客様に美味しく召し上がってほしいという思いが感じ取れました。

二日目：店内

二日目の店内では五日間の中で一番お客様と接することが多かったです。商品の場所を一日で4回ほど聞かれました。わからない時に従業員の方に声をかけるとすぐに対応してくださいました。



四、五日目：水産

四、五日目の水産ではパックに詰めたり、商品を専用の機械で梱包したりする作業をしました。賞味期限が当日の商品を半額まで値引きして売れ残りを減らすというSDGsにつながるまで行っていました。

感想 振り返り

5日間という短い時間でしたが、このマイチャレンジを通して、社会に出る上で大切なことや自分の改善していきたいところなど、たくさんのことに気づくことができました。

今回の体験で学んだコミュニケーション能力や対応力を今後の生活に役立てていきたいです。

オータ二西那須野店

2023年 11月 6日から10日実施

伊藤紘寿



個人テーマ
働くことの楽しさを知る

働くことの楽しさを知りた
かったからです。

社会に出る上で大切なこと

社会に出る上で大切なこ
とはコミュニケーション
能力ということを教えて
もらいました。



マイチャレを通して学んだこと

マイチャレを通して学んだこ
とは働くのは辛いけどその分楽し
いということです。

社会に出たらコミュニケーション
能力が大事ということがわかり
ました。

感想、振り返り

HOME

マイチャレを通して人との関わり方やあいさつの大切さなどを学ぶ事ができました。

ベイシア

メンバー

井戸伸哉
加藤心翔

西海石莉愛
磯陽花

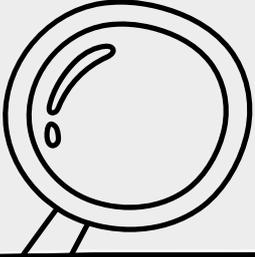


ベイシア

磯陽花

個人テーマ

働いたことが今後活かされるように 働くことの楽しさ、大変さを学ぶ



スーパーで働いている人はお客様に感謝の気持ちを持って働いていることがわかりました。周りの気配りがとても大変でした。今後の学校生活でも活かしていきたいと思いました。お客様のために行動することにやりがいを感じました。学校生活でも誰かのために行動することを心がけたいです。

社会に出る上で大切なこと

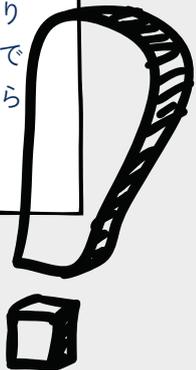
挨拶、返事、敬語はできて当たり前で挨拶、返事は自分からすることが大切だと体験を通して思いました。お客様に自分の存在を知らせるだけでなく、感謝の気持ちも挨拶に入れていることがわかり、社会に出ても大切なことだと思いました。

自ら進んで行動、発言することが大切だと思いました。自分で考えて行動に移すことは難しいですが、学校生活でも活かしていきたいと思いました。



学んだこと、感じたこと

普段使っているスーパーの仕事が意外に難しく、驚きました。慣れないとスムーズに動くことができなくて、とても大変でした。お客様の対応や、気配りがとても丁寧でお客様を第一に思っていることがわかりました。働くことは「大変」というだけでなく、楽しさもこの体験を通して見つかったと思います。



感想、振り返り

マイチャレンジを通して多くのことを学びました。礼儀や、気配りなどが大切であることがわかりました。働くことは大変なことだけでなく、やりがいを感じました。将来について考えるいい機会になりました。周りにいる人に感謝の気持ちを持って何事にも挑戦していきたいと思いました。積極性を意識し、自分で考えて行動に移せるように生活していきたいです。体験したまま終わりにしないで今後の生活に学んだことが活かされるようにしたいです。

ベイシア那須塩原店

西海石莉愛

個人テーマ

普段と違う立場から相手の気持ちを考える大切さを学ぶ

マイ・チャレンジでは、多くのお客様や従業員の方と関わりました。接する人たちの年齢層が広く、普段の生活では学べないことを沢山発見しました。実際に職業体験をしているときに、「お客様のためにできることは何か」「どうすれば役に立てるか」を考えながら行動することができました。〈相手の気持ちを考える〉には、相手の反応をよく見て判断することが大切だと思いました。



社会に出る上で大切なこと

マイ・チャレンジの中で、コミュニケーション能力が大切だと感じました。①傾聴スキル②質問スキル③伝達スキルの3つをバランス良く高めていく必要があります。相手に対する「共感」、質問の際には「5W1H」の意識、自分が話すべき内容を「明確化」することが重要だと学びました。また、積極性を磨くことも大切だと考えました。



職業体験をした事務所について

「ベイシア」はスーパーですが、食品だけでなく、薬品・玩具・衣服類など、日常生活に欠かせない多くの物を取り扱っています。また、「ベイシアネットスーパー」という、より便利にお買物していただくために、スマホやPCからの注文でご自宅に商品をお届けする楽天全国スーパー内のサービスがあります。私たちが職業体験をした事務所にもネットスーパー担当の方がいました。とても便利なサービスがあって驚きました。



感想・振り返り

マイ・チャレンジを通して、多くのことに気付きました。体験活動の中でいろいろなことにチャレンジし、最初は納得のいかない結果になっても、諦めずに続けることで上達することができました。働くことは、とても大変なことばかりで責任感があり緊張しましたが、自分の仕事が上手くいったときに、やりがいや嬉しさを得られるものだと感じました。マイ・チャレンジでの貴重な体験を、今後の生活や将来に繋げていこうと思います。

ベイシア 加藤心翔

個人テーマは
「積極的に取り組む」
にしました

なぜなら、社会に出たときに少しでもこの体験を活かしたいと思ったからです。



社会に出る上で大切なこと

今回、職業体験を行ってみて、人への接客態度の良さが大切だと思いました。

従業員さんの行動を見ていて、お客さんへの対応力に感心しました。

自分の長所

マイチャレンジの中で、従業員さんに「元気な挨拶をしていいね!」と言われました。自分は普段、挨拶をしっかりしているので、職業体験ではその成果が出せたのだと思いました。褒めてもらえた挨拶をこれからも続けていきたいです。



感想、振り返り

今回の職業体験を通して、個人テーマでの「積極的に取り組む」ことがしっかり行えたと思います。

今回学んだことをこれからの学校や生活などで活かしていきたいと思います。

ファミリーマート

メンバー

・ 菊池 聖斗



ファミリーマート

菊池聖斗

個人テーマ

設定理由

個人テーマの設定理由

私の個人テーマは、

「今後の社会の大変さや苦勞を学ぶ」です。

理由

「働いていて楽しいのか？」

「働いていて大変なのか？」

を実際に学ぶことができるからです。



職業体験をした事務所について

職業体験をした事務所はファミリーマートです。私の職業体験をした場所はファミリーマート南郷屋店という場所で働きました。

活動内容

活動内容は商品の品出しやファミリーマート、の店内掃除、揚げ物を揚げる作業、タバコの補充をしました。

社会に出る上で大切なこと

社会に出る上で大切なことなことは、自分にできないことがあれば、その作業を別の人に手伝ってもらったり、他の人が困っていたら手伝ったりすることが大切なのだと、自分は1人じゃないのだということを知りました。

助け合うことも、社会に出る大切なことなのだとということがマイチャレンジで分かりました。

感想、振り返り

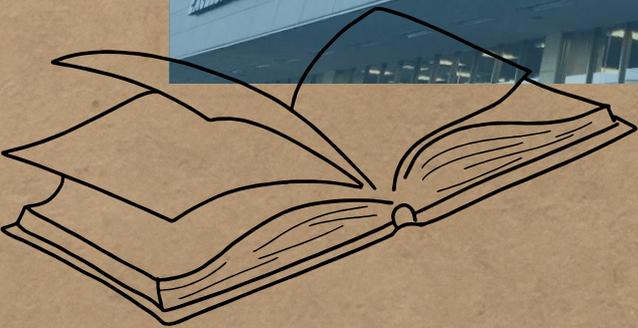
マイチャレンジをして仕事は楽だと思ったけど大変なことが多かったです。ですが体験をして私の個性があったり、みんなの協力があって、私だけではないことやお客様が生活をできるようにしてみんな働いていることが体験をして分かりました。

HOME

TSUTAYA

メンバー

- 渡部 真衣
- 磯貝 聖





渡部真衣

11月6日~10日

個人テーマ

働くことにおいて 人との関わり方、礼儀を学ぶ

接客業といえど、働く仲間同士のコミュニケーションが大切であると思い、仕事を教わり、次の仕事の指示をもらい、お礼や挨拶を丁寧にする事で、気持ちよく働くことができるのであると思いました。

また、仕事を教え手伝ってくれる仲間、わざわざ足を運んで商品を買ってくださるお客様、そのどちらに対しても感謝の気持ちを言葉と態度で示すことで、人との関わり方がおのずと出来上がってくるのだと思いました。

自分の長所

私の長所は、マイチャレンジ期間中に担当の方に、「もう終わったの、仕事が早いね」と言われたことから、細かい作業や整理整頓を丁寧かつ迅速にできることと、頼まれた仕事が終わった時、次の仕事を待つのではなく、次に何をすればいいのか聞きに行けた率先力だと思います。これらをこれからの学校生活でも生かしていきたいです。

社会に出るうえで 大切なことと学んだこと

社会に出るうえで大切なことは、人に対して感謝の気持ちを持つことと、それを言葉や態度で示し、相手の気持ちも考えられる人間になることだと言うことがわかりました。学んだことは、社会に出て働くことはとても大変であるということと、いつも周りで私達を支えてくださっている大人の方々に感謝をするべきだということです。

振り返り

マイチャレンジを通してたくさんのことを学ぶ事ができました。社会に出るとはどのようなことなのかはもちろん、学校生活に活かせることもたくさん学べました。





磯貝 聖

2023年11月6日～10日実施

個人テーマ

私は今回、「コミュニケーションのとり方とお客さんとの接し方を学ぶ」というテーマを立てました。なぜなら、私は人と積極的に話すのがあまり得意ではないので今回のマイチャレンジを通して少しでも改善できたらいいなと考えたからです。



職業インタビューの内容

今回は職業インタビューについて1つだけ紹介したいと思います。

「仕事中どのようなときにやりがいを感じますか」という質問では

「お客様からありがとうなどの感謝の言葉を言われたとき」回答をいただき、私も感謝の言葉は誰でも嬉しいものだと思えました。

社会に出る上で大切なこと

私が考える社会に出る上で大切だと思うことは、

- ①人とたくさん関わりコミュニケーション能力をつけること
- ②自分で考えて行動すること
- ③時間を守ること

特にコミュニケーション能力は今からでも取り組みそうだなと思えました。



感想

私は最初緊張をされていて、スタッフの方々と会うのが不安でした。しかし、スタッフの方々が暖かく私達を迎えてくださったので、時間がたつにつれ緊張をしなくなり活動できて良かったです。



HOME

アルペン西那須野店

メンバー
大平夏毅
君島大輝
黒澤悠真



三島中学校

大平 夏毅

個人テーマ 仕事の大変さを知ること

普段の生活では、何も考えないで買い物などをして
いますが、人と関わることはとても大変なことを学
びました。

挨拶や言葉遣いなどを注意しないとイケません。

だから対応を間違えると相手を不快にさせてしま
うことを学びました。



社会に出るうえで大切なこと

挨拶をしっかりすることがとても大切なことだと思
いました。

挨拶をすることで相手とのコミュニケーションを取
れるし、不快な気持ちにならないと思いました。

成長したこと

成長したことは、挨拶がしっかり
できたことです。

はじめの頃は、恥ずかしくて声を
あまり出せなかったけど徐々に大
きい声で挨拶ができました。



マイチャレンジで学んだことを生かして生活に
役立てていきたいです。

お知らせ

個人テーマとテーマについて考えたこと

自分のテーマは仕事の大変さを知るでした。
アルペンの仕事内容は数えきれないほどありました。
やはりアルペンの品出しは大変でした。
僕は1週間しかやっていないけどこれを毎日やっているスタッフさんがすごいと思いました。
ボールの空気入れは楽しいと思っていましたが、いざやると腕が痛くなってすごく大変でした。
仕事内容がこんなにあるのはアルペンだけではないと思います。マイ・チャレンジでお父さん、お母さんがどんな思いで働いているのがわかりました。



仕事の大変さを知る



マイチャレンジで発見した自分の長所

何事にも全力で取り組めるところです。
わからないことがあったらわからないままにしないでちゃんと聞いたところです。
あいさつも恥ずかしがらずにできました。

社会に出る上で大切なこと

コミュニケーション力と掃除だと思いました。
アルペンは接客業だったのでお客様と話すことが多かったです。そこでコミュニケーション力がないとうまく話すことができません。改めて、コミュニケーション力が必要だと思いました。おそらくどこの事業所に行っても掃除はやると思います。普段の学校生活でも掃除をしっかりやりたいです。

振り返り

僕はこのマイ・チャレンジで仕事の大変さだったり挨拶がすごく大事だとわかりました。マイ・チャレンジで学んだ、人への気遣いや言葉遣いなどを学校生活に活かしていきたいです。

マイチャレンジ

2年2組黒澤悠真

個人テーマ

積極的に行動・質問する

個人テーマの理由

自分は積極的に行動したり質問したりすることがあまり得意ではないからです。今回の体験を通して自分から動けるようにしたいと思いました。



活動内容

最初にモップ掛けやガラス拭きなどをやりました。午前中は品出しをしたり、トラックから荷物を出したりしました。午後はスタッフの方と接客をしました。大変だったけど楽しかったです。

改善していきたいこと

もっと周りを見て行動できるようにしたいです。



社会上で大切なこと

誰にでも挨拶することはすごく大切なことだと思うので、大人になってもできるようにしたいです。

感想、振り返り

人との関わり方や挨拶は、社会生活においてとても大切なことだと思いました。大人になったら接客の仕事をする可能性もあるので、今回の体験を忘れないで頑張りたいです。これからも言葉の使い方や接し方に気をつけて生活していきたいです。

カインズホーム

五月女大翔

松本哲兵

飯山千陽



三島中学校

五月女大翔

個人テーマ 積極的に取り組む

これから社会に出て自分で仕事をしていく上で積極性はとても大切だと思いました。また、積極性だけでなく、コミュニケーション能力も必要だと思いました。



インタビュー
お仕事をやっていて嬉しいことは？
お客様に感謝されたとき
コミュニケーションで大切なことは？
相手の話を最後まで聞くこと

学んだこと

普段からお店に行くと当たり前のように並んでいる商品ですが、その裏では、たくさんの店員さんが1つ1つ丁寧に商品を並べているのを知って、普段から感謝して生活していこうと思いました。

感想、振り返り

この期間で考えたことは、自分から仕事を探していくことがこれから社会に出る上で大切だということです。今回の経験はこれから絶対に役に立つことばかりなのでよく覚えておきたいです。



CAINZ

11月6日～11月10日

2526松本哲兵



マイチャレンジを通しての感じたこと と 学んだこと 気付いたこと

- ・お店の店員さんが優しかったこと
(親切にしてくれたこと)
- ・普段行っている挨拶の大切さ
- ・地域の人達の心の温かさ
- ・「働く」という考え方や向き合い方
- ・お店の人としての自覚など



個人テーマ 設定 理由

積極的に働き、楽しさや大変さを学ぶ

理由 将来に向けて、知らない相手の人とコミュニケーションを取ることが1番大切だから。接客に対する大変さなどを知りたいから。

1日の作業内容

午前9時出勤

午前9時50分 朝礼 挨拶

10時から12時まで仕事

→ (品出し 商品整理 前出し)

12時から午後1時までお昼休憩

午後1時から午後3時まで仕事

→ (品出し 商品整理 前出し)

午後3時仕事 終了



マイチャレンジの感想

今回のマイチャレンジを通して良かった所や反省点などが見つけられました。良かった所では、積極的に声を掛けて働くことができました。

反省点では、挨拶の声が小さかったのでこれからの学校生活では、挨拶を意識して生活していきたいです。

今後、将来に向けてこの貴重な経験を繋げて生かしていきたいです。

カインズ 飯山千陽

The logo for CAINZ, featuring the word "CAINZ" in white, uppercase letters on a dark green rectangular background. A white curved line is positioned below the letters.

今回の内容

①個人テーマ
はたらくことで得る
楽しさ

毎日母が楽しそうに仕事の話をするので仕事がどれだけ楽しいか気になったからです

②社会に出る上で大切なこと

お客様の要望が分かりづらくても一生懸命理解しようとする

③改善したいこと

お客様への気配り

感想

今回のマイチャレで毎日座って低い棚に製品を並べたりずっとレジの前に立ったりしているレジ係の人たちの大変さについてよく分かりました。どこに商品があるか分かる品出し担当の人たちの凄さが分かりました。今回習ったことを将来活かしたいと思います。

フナヨシ

メンバー

椎木理央



フナヨシ

椎木理央



個人テーマ

今後に活かせる
マイチャレンジにする

普段の生活で経験できないことを
経験できた貴重な体験でした。
経験を積んだことを今後、活かせる
ようにしていきたいです。

仕事をするうえで大切なこと

従業員さんがお客さんと話しているとき、ずっと笑顔で話していました。従業員さんによると、「笑顔」は命で、常に心がけているそうです。「笑顔」でいることによってお客さんにも「笑顔」になってもらえるとのことでした。私も笑顔でいることを心がけようと思いました。

感想、振り返り

マイチャレンジ期間を通して、普段学ぶことのできないことを知ることができました。一生懸命働くことの大変さや楽しさを知りました。マイチャレンジで得た経験を大切に頑張っていきたいです。

信鶴堂

メンバー

中川 駆

矢野 菜音



My Challenge



那須ノ菓子処

信鶴堂

和菓子の美味しさの秘訣は《丁寧さ》

私はマイチャレンジ研修で、信鶴堂西那須野店に行きました。

今回の研修をするにあたって、個人テーマを考えました。私は、「積極的に仕事を探してお店に貢献する」です。このテーマにした理由は、マイチャレンジを引き受けてくださったお店の方々に、恩返しがあったからです。忙しい時期の中、快く私達を迎え入れてくれた店主の三浦さんをはじめとする従業員の皆様には、感謝の気持ちでいっぱいです。また、自主性を向上させ、自身のレベルアップにも繋がりたいと思いました。私は、頼まれたことを遂行するだけの「受け身」から卒業したいと思っています。そのため、今回の活動を、今後の自分の成長にも目を向けて考え、このテーマを設定しました。



この研修を通して、思ったことは、和菓子の世界はとても繊細で奥深いということです。

私の最初の和菓子屋さんのイメージは、餅を焼いたり、こねたりといった、和菓子の製作工程のイメージばかりでした。ですが、実際は、その他の準備の工程や、梱包作業の方が手間がかかっていることがわかりました。このような細かいところまで手を掛けられるのは、間違いなく、お客さんに対する愛だと思いました。安心・安全を届けるために、些細な部分まで丁寧に。そんなお店の人達の気遣いに私は心を打たれ、このお店に関われたことをとても誇りに思いました。そして、今度和菓子を食べる時は、そういった思いを噛み締めながら食べようと思いました。信鶴堂で職業体験ができて本当に良かったです。



11月6日～10日間実施

信鶴堂職業体験

今回の個人テーマ

中川 駆

お店の人やお客様に迷惑をかけない
今回このテーマにした理由は当たり前
前のことを当たり前にする人間に
なりたいたいから。

主な活動内容

- ・ 工場の掃除
- ・ お菓子の包装
- ・ お菓子作り



社会に出る上で大切なこと

僕が社会に出る上で大切
だと思ったことは、礼儀
です。僕がそう思った理
由は、お店の人に作業を
優しく教えてもらったと
きに、心があたたかくな
ったような感じがして、
他の人にも年齢関係なく
礼儀正しくいようと思っ
たからです。





モルゲンロート

メンバー

久高 マリア



モルゲンロート

街のパン屋
モルゲンロート

まとめ



モルゲンロートで学んできたこと

久高 マリア

個人テーマ

お客さんとの接客
で大事なこと

私は将来、接客する仕事に就きたいと思います。学んだことは、お客さんに失礼のないような態度をとり、お客さんがいい気分でお買い物などをしてくれるように言葉遣いに気をつけることが大切だということです。また、挨拶など元気づく接客をし、身だしなみや笑顔なども大切です。

これからは、言葉遣いと挨拶を意識しながら生活をしたいと思います。

社会に出る上で
大切なこと

社会に出る前に、まず自分のメンタルを強くしてから出ることをおすすめします。遅くまで仕事をしたり、早起きをするのがとても大変です。でも、そこで自分に負けてしまうことがあるので、自分に負けないように自分自身のメンタルを強くし、自分を甘やかさないようにすることです。

振り返り・感想

マイチャレンジを通して、多くのことを学びました。人との関わり方や挨拶など普段の学校生活で言われていることが、本当に大切なことであることがわかりました。これらのことをより意識しながら生活していきたいです。また、働くということは、とても大変なことだと改めて感じました。

MY CHALLENGE

シェレンバウム

”メンバー”

印南幸花



三島中学校
印南幸花

MY CHALLENGE IN

2023年11月
6日～10日実施

🍞 シェレンバウム 🍞



個人テーマ

パン作りや接客業を通して
お客様に笑顔をお届けする

- ・普段食べているパンがお客様にどのように届けられているのかを知りたかったから。

主な仕事内容

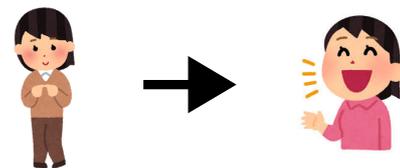
- ・調理器具の洗い物、片付け
- ・パン製造の補助（食材のカット、食材をパンに詰める）
- ・できたてのパンを陳列 ・パンの袋詰
- ・菓子製造の補助（菓子の袋詰、ラベル貼り）



今後、改善していきたいこと

私は今回のマイチャレンジを通して、今後改善していきたいことが見つかりました。それは『ハキハキとした声で返事や挨拶をする』ことです。私は緊張してしまうと、ハキハキとした声を出せなくなってしまうので今後しっかりと改善していきたいです。

将来、どの職に就いても、ハキハキとした声を出すことはとても大切になっていきます。そして相手との信頼にも関わっていくので、とても大切なことだと思いました。



感想・振り返り

4日間、本当に貴重な経験ができました。マイチャレンジを通して、『働く』というものの本来の楽しさ・面白さ・大変さなどを感じることができました。

私が活動中、慣れないことで困っていたときに従業員の方々が親切丁寧に教えてくださったときはとてもありがたかったです。そして自分でも周りに困っている人がいたら積極的に助けてあげたいと思いました。

普段、お客様と従業員さんの関係を考えることは自分の中であまりなかったのですが、今回のマイチャレンジで考えるきっかけとなり今後の活動に大きく役立つと思いました。

最後に今回のマイチャレンジを通して自分の経験値を大幅にアップすることができました。

本当に良かったです。

シャトレーゼ

メンバー

滝澤希美

松本怜奈



CHATERAISE

滝澤希美

2023年 ● 11月6日(月)～11月10日(金) ● 職業体験学習

個人テーマ

『お客さんを喜ばせる秘訣を知る』

シャトレーゼは、お客さんが買い物をする場所です。そのときに接客の態度や礼儀がなかったらお客さんに不快な思いをさせてしまいます。だから快適にお客さんに買い物してもらうためにこの目標にしました。

社会に出て

必要なこと

相手の意見・話をよく聞くことです。お客さんに質問されたらしっかり聞くことが大事だと分かりました。また相手に分かりやすいように説明するのも大切です。お客さんに説明するとき難しく説明したり、声が小さかったりすると相手の人がわからなくなってしまうからです。

《活動内容》

掃除、トレーの入れ替え、箱作り、お菓子詰め、包装、レジ、商品の補充、賞味期限シールなど。最終日にはケーキを作らせてもらうことができました。



SDGs

の取り組み

- ・賞味期限が近いものを安く提供
- ・賞味期限が早いものを手前に置く
- ・レジ袋とスプーンの有料化

12 つくる責任
つかう責任



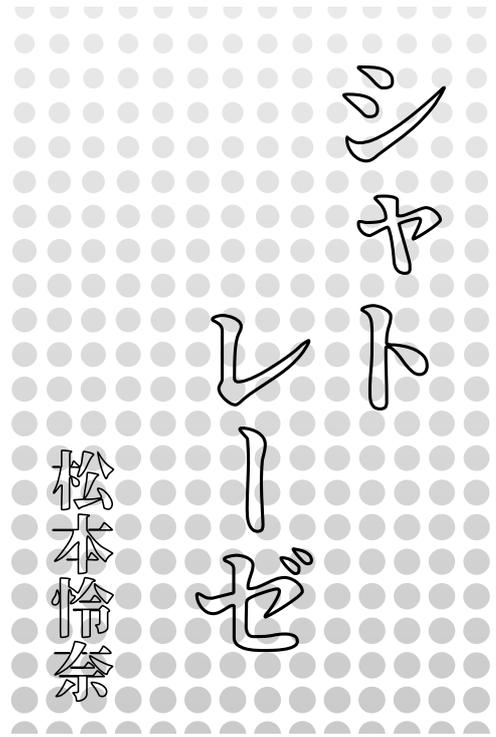
14 海の豊かさを
守ろう



ふりかえり

マイチャレンジを通して色々な事を学びました。例えば、人との関わり方や挨拶や返事など普段の学校生活で言われていることが大切だとわかりました。私は、仕事に『大変』『辛そう』というイメージがありましたが、職場体験をしてやりがいがあるものだと思います。これからの生活で人の役に立つことを積極的にやっていきたいです。





12 つくる責任
つかう責任

体験から働くこと
を学びその喜びや
苦労を知る

- ### SDGs
- 12, つくる責任つかう責任
- ・賞味期限の近い商品を前に
 - ・当日賞味期限の商品は特別価格で提供
 - ・袋やスプーンの有料化

- ### 活動内容
- ・掃除
 - ・品出し
 - ・包装
 - ・レジ

働くこととは

自分の成長のためだと思いました。仕事に慣れると初めよりもスムーズに仕事ことができました。たくさんの経験をすることで将来に役立つと思いました。学んだことを今後にかしてきたいです。

キンセイドウ



メンバー

岩崎楓一

金川矩久

25
02

金盛堂

岩崎 楓一

2023
11月6日～
10日

個人テーマ「目上の方やお客様との接し方を学ぶ」

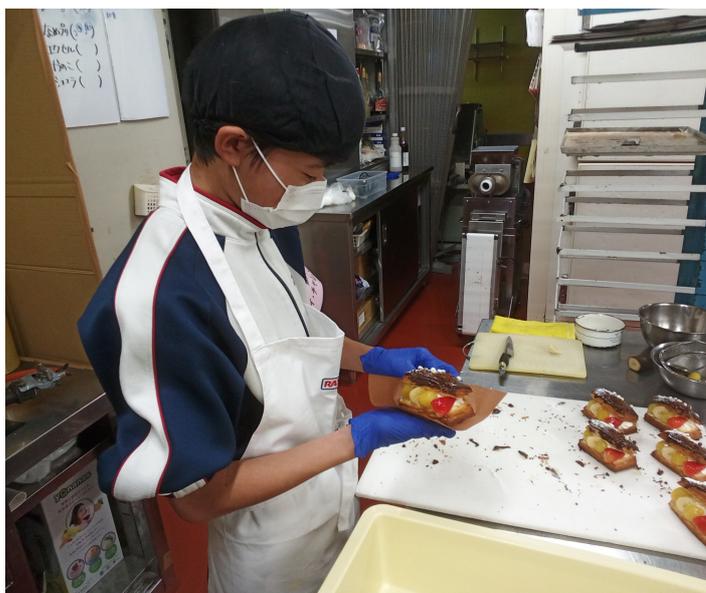
いつも先生や地域の人と話すときに敬語がうまく使えているかどうか不安でした。マイチャレンジでしっかり敬語が使えると思いました。そんなに難しい言葉は使わないことを知りました。

そして、小さい声で喋ることは良くないとわかりました。声が小さいと相手が困ってしまうし、自分に声が小さいという自覚がないと大変なのでこれからは大きな声ではっきり喋ろうと思いました。

KINSEIDOU

マイチャレンジで学んだこと

僕は大人になったら、先輩などの上下関係は厳しいものかと思っていました。しかし、そこまで厳しくないと思いました。これからは緊張せずに話しかけられるように頑張ろうと思いました。緊張してしまうと声も小さくなりがちなので、大きい声で話すことを意識しようと思いました。これからたくさんの人と出会うと思うので頑張ろうと思いました。



感想 振り返り

マイチャレンジを通して、ずっと気になっていたことやわからなかったこと以外にも知らなかったことがたくさん学べてとても良かったです。自分が思っているよりも、仕事というのはとても辛かったです。これからバイトや仕事をしたりするときのために、マイチャレンジで学んだことをよく覚えておこうと思いました。自分が大人になったら余裕のある生活がしたいので、そのためにこれからもっと頑張りたいです。

キンセイ堂 金川矩久

個人テーマ
「お菓子作り
をする大変さ
と楽しさを学
ぶ」

個人テーマ設定理由

普段食べているケーキやシュークリームはどのくらいの手間をかけて作られているか知りたかったから。

個人テーマを通して学んだこと

普段食べているケーキはとても手間をかけて、丁寧に作られているということが分かりました。



社会に出る上で大切なこと

目上の人に対する挨拶や指示を受けたときにすぐに行動すること、返事をはっきりするということが、そして何より仕事を楽しむことだと思いました。

今後改善していきたいこと

今後改善していきたいことは、朝の挨拶やお礼を言うときの声を大きくはっきりすることです。

感想、まとめ

目上の人に対しての礼儀や働くということの大変さや楽しさが分かりました。普段食べているケーキは一手間一手間丁寧に作られているということが分かりました。

五番街

メンバー

江連 由真



マイチャレンジで学んだこと

江連 由眞

2023年11月6～10日実施

個人テーマ

「これからの社会で生きていく
ために大切なことを学ぶ」

個人テーマについて考えたことは、働くということはとても大変なことだけど、やりがいがあってとても楽しいということです。頑張ったことは、周りを見て自分にできることは自分からすすんで取り組んだことです。できないことがあっても自分から聞いてできるようになったこともたくさんありました。



今後改善していきたいこと

学校生活や、学校行事のなかで自分にできることがあったら積極的に取り組むことです。わからないことがあったら周りの人に聞いてできることを増やしていきたいです。また、何事にも全力で取り組んでいきたいです。全力で取り組むことで、自分も良い思いをするし、周りの人も良い気持ちになると思います。これからもこのことを意識して生活するようにしたいです。

社会に出る上で大切なこと

私が社会に出る上で大切だと思うことは、あいさつと礼儀です。今、学校でもしっかりとあいさつをするように心がけています。あいさつは誰に対してもとても大切なことだと、このマイチャレンジで学びました。また、働く上で自分より目上の人に対してや同じ学年の人に対しての礼儀もとても大切だと思いました。今のうちから実践して身につけるようにしたいです。



感想・振り返り

私はこのマイチャレンジを通して、今まで自分ができていなかったことや、自分が社会にでたときに大切なことなどをたくさん学ぶことができました。学校では学べないことを学び、実際に体験することができたのでとてもよかったです。このマイチャレンジで学んだことをいかして、これからの生活に役立てていきたいです。

CRYSTAL HEART HAIR

メンバー 渡邊真愛咲・岡未心莉・大塚果



職業体験マイチャレンジ

CRYSTAL HEART HAIR

渡邊真愛咲



個人テーマについて

「美容師についての知識や社会のマナー・礼儀を学び、コミュニケーション能力を高める」

- ・美容師の仕事の中で表には出ない大変さや、テクニック面や技術面がわかった。
- ・人を笑顔にさせる、喜ばせる仕事の楽しさがわかった。
- ・社会のマナーを知り、これから身に付けていかなければいけないことや、改善しなければいけないことが明確になった。

活動内容

- ・ウィッグを使った体験
(ブリーチ・カラー・カット・ヘアアレンジ・ワインディング)
- ・シャンプー実践
- ・事務作業
- ・清掃
- ・準備



社会に出るうえで大切なこと

- ・挨拶、返事
- ・時間を守るなどの基本的なルールやマナー
- ・当たり前のことを当たり前にやること
- ・コミュニケーション能力



体験を通して見つけた自分の長所

「笑顔」

- ・事業所の方に笑顔が印象的と言ってもらえた。
- ・これからも笑顔を絶やさずに笑顔活かしていきたい。

MY★CHALLENGE

岡 未心莉

個人テーマ

「何事にも本気で真剣にやる」

このテーマにした理由は職場に行き、お客さんがいる中ふざけたり絶対しないで何事も本気で、真剣に、精一杯頑張ること。また、接客業なので、大きな声で挨拶したり、お飲み物を出すときも、声をかけて渡したり、そういうところも含め、「何事にも本気で真剣にやる」というテーマにしました。



活動内容

美容室なので、タオル畳みがほとんどだったけれど、マネキンの髪を染めたり、パーマをかけたり、切ったり、たくさんの経験、体験をさせていただきました。



クリスタルハートヘア

- 1,美容室
- 2,火曜日は休業
- 3,美容師さん全員がとても優しい
- 4,お店の外見が青でおしゃれ



美容室

CRYSTAL HEART HAIR

振り返り

マイ・チャレンジを終えて、挨拶の大切さ、コミュニケーション能力の大切さなど、たくさんことを学びました。また、事業所の皆さんがとても優しく、色々な体験をさせてもらいました。この職業体験は、自分自身が成長でき、たくさんのが学べるとても素晴らしいことをさせていただいたなと思いました。

クリスタルハートヘア

大塚果

2023年 11月6日～10日

個人テーマの設定

今回、私は笑顔で自分から行動するという個人テーマを設定しました

個人テーマを設定した理由としては、私は自分から動くことが苦手なのでこの個人テーマを選びました。

私は笑顔で人と接することが苦手なのでこの個人テーマを選びました。



事業所での活動内容

- ・ 9時出勤
- ・ 9時～9時30分 タオルたたみ
- ・ 9時30分～12時 細かい作業
- ・ 12時～1時 昼食
- ・ 1時～1時30分 タオル干し
- ・ 1時30分～3時 カラー体験
- ・ 3時～3時30分 片付け
- ・ 3時30分～4時 日誌書き
- ・ 4時～退勤



マイチャレンジ活動を振り返って

今回のマイチャレはしっかり自分から行動することができた

2023年11月 6日～10日

美容室ZERO

マイ・チャレンジで学んだこと



メンバー

- ・ 黒尾こと葉
- ・ 関梨花乃
- ・ 関珠屋乃江
- ・ 土まーどりー



美容室ZERO

黒尾こと葉

マイ・チャレンジを通して

2023年11月6日～10日

社会で生きていくために 大切なこと

私が設定した個人テーマは、「社会で生きていくために大切なことを学ぶ」です。マイ・チャレンジを通して、社会で生きていくために大切なこととは、「まずやってみること」や、「挨拶などの当たり前のことができること」だと考えました。



活動内容

タオルたたみや洗濯、シャンプーの詰め替え、接客からプレゼント包装やクーポン券カットなど、想像よりも大変な仕事が多かったです。体験させてもらった仕事では、マネキンの髪のカットや、カラー、ドライヤーからアイロン、パーマやヘアアレンジまで教えてもらいました。また、実際に自分たちの髪でシャンプーの仕方なども教えてもらいました。



美容室Zero

美容室Zeroは、開放的な内観で、幅広い世代に利用される美容室です。



振り返り

1週間を通して、作業がだんだん上手になっていったと思います。また、仕事から普段の生活まで、たくさんの努力の積み重ねが大事だと感じました。

(個人テーマ)

コミュニケーション能力を高める

>>> 今回美容室に行くに当たって、美容室ではたくさんの人と関わることができるので、コミュニケーション能力を高めることができると思ったから



>>> 作業内容

- ・タオル畳み ・洗濯 ・クーポン券制作 ・シャンプー練習
- ・マネキンを使ったの練習
「白髪染め、コテ/ストレートのやり方、パーマ練習、カットの練習など」
- ・お茶出し ・掃除 ・コットン ・アルミホイル切り ・ラッピング
- ・イヤークャップ洗い ・カルテ ・クリスタル見学
- ・普段体験できないようなことがたくさんでき、とてもいい経験になったと思う★



>>> 学んだこと・大切なこと

1 お客様に対する態度

- ・挨拶、返事
- ・受け答え
- ・笑顔☺

2 状況に応じて動くこと



>>> 感想・振り返り

- ・今回マイチャレンジを通して普段できないような経験がたくさんできて、とても勉強になりました。「美容室」の仕事は思っていた以上にとても大変でしたがすごく楽しくやりがいを感じる仕事ばかりでした。今回の職業体験を通して学んだことをこれからの生活に活かして、より良いものにしたいと思います。



美容室ZERO

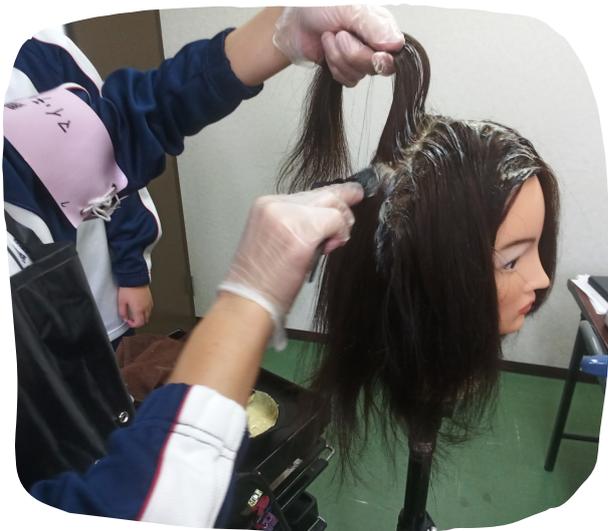
関 珠乃

2023年11月6日～10日実施

個人テーマ コミュニケーション能力 の向上を目指す

私は、人前で話したり、知らない人と話すのが苦手なので、接客業である美容室で職業体験をしたら、少しでも会話スキルが向上するのではと考え、美容室を選びました。

優しく面白い美容師の方々はもちろん、美容室にはいろんなお客さんがいらっしゃるの、コミュニケーション能力の向上を目的としている私にとって、美容室は素晴らしい学びの場所となりました。



自分の長所

私はマイチャレンジの中で、自分の長所が「積極的」で「元気」であることに気がきました。今まで気づかなかった自分の長所を、マイチャレンジを通して知ることができました。いつも近くにいる友達や家族と違い、地域の大人の人から見た私が、どのように思われるのかを知ることができて良かったと思います。今後、新しく発見した自分の長所について研究し、更に伸ばしていきたいです。

感想、振り返り

マイチャレンジでは、たくさんのことを学びました。学校とは違う雰囲気、知らない人がたくさんいて、わからないことだらけでした。社会に出たら、マイチャレンジよりももっと大変で辛いこともあると思います。それでも、美容師さんのお仕事を間近で見させていただいて、お仕事の大変さへの驚きと同時に、楽しみでワクワクした気分になってしまうのは、まだ心が子供のままだからなのでしょう。それとも、マイチャレンジを通して、一層仕事というものに興味を持ったからなのでしょう。これからは、マイチャレンジで学んだことを活かして積極的に元気な学校生活を送りたいと思います。

美容室で学んだこと

私たち三島中学生の活動は、午前9時から午後3時まででしたが、美容師のみなさんは、短くても午前8時頃から午後7時までは帰らないそうです。私は、働くということの大変さを知りました。毎日、お客さんがいらっしゃる前に通勤し、準備を済ませて、お客さんが帰ったあとに明日の準備や掃除をしてから帰ります。私達は美容師さんのお仕事を体験したときに、こんなにやるのがたくさんあるのか...と驚きました。



マイチャレンジ 振り返り

個人テーマ 社会性を学ぶ

活動内容

- 9:00 集合
- 10:00 タオルたたみ
- 11:00 シャンプー・トリートメントなどの
詰め替え
- 12:00 ~お昼休憩~
- 13:00 ヘアカットの練習など
- 14:00 パーマの練習
- 15:00 終了



私は、社会に出ている大人の生活やその場の雰囲気などを感じ取ることができました。今の学校生活と比べ、違いが沢山ありました。会話や行動など含めて、大人だと感じました。

学んだこと、感じたこと

マイチャレンジを通し美容師の皆さんは、社会性がある素敵だと感じました。また、美容師さんは大学などの美容学校に通い、きちんとした資格をとってから美容師になれると知りました。資格をとることはとても難しいということがわかったので、美容師はすばらしい職人であることがわかりました。

感想、振り返り

私はマイチャレンジで沢山のことを学ぶことができました。美容師さん達から教えてもらったテクニック、髪のカット方やドライヤーの仕方も学んで、シャンプー体験までさせて頂きました。普段では体験できないようなことも体験させて頂いて、とても楽しい思い出を作ることができました。美容師さん達から学んだことを生活にいかせるように頑張りたいです。

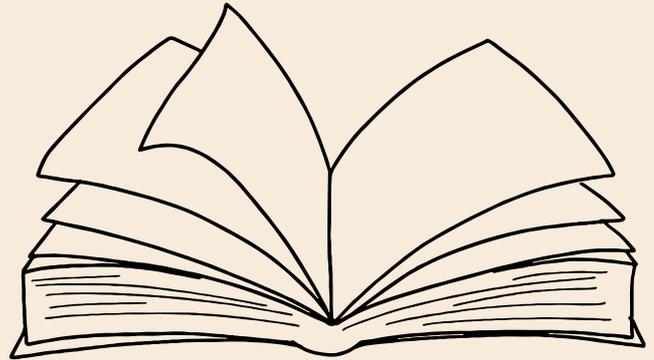
HOME

三島中学校

土屋オードリーまり江

チェスター

メンバー
齋藤義人
角田由一



マイチャレンジ学習

角田由一

個人テーマ

人との関わり方



これまでの中学校での経験を活かして、人に関わりを持っている意識をもち、接することが大事なのだと思います。



感想、振り返り

美容師はお客様の容姿を整える仕事なので、責任を持って、取り組むことが大事なのだと思います。



社会に出る上で大事なこと

お客様への要望に応えよう、理解しようと考えること

ガスト西那須野店

メンバー

- ・ 福田羽深
- ・ 藤田荷衣奈



マイ・チャレンジ、ガスト西那須野店

個人テーマ：お客さんの接客の仕方！

このテーマにして、いざ、職場体験をしたときに、接客をするときの態度などでお客さんがこの飲食店に来てどう思うかが分かると感じました。

接客をするときにお客さんの失礼のないように考えて話すということの難しさを感じることができました。

職場体験をした事業所について



職場が飲食店なので、衛生面を一番に考えていました。手洗い・消毒などは厨房に入ると、毎日行っていました。そして、食材を大切に扱っていました。味や見た目が大切なので1つ1つのことを丁寧に行っていました。

感想・振り返り

楽しかった活動内容は、食器片付けとデザート作りと料理作りです。不安な中仕事をしましたが、職場の方たちがとても優しく体験をしやすい雰囲気をつくってくれてやりやすかったです。



感想・振り返り

5日間を通して、とても良い経験になったと思います。自分が思っていたよりも忙しく大変でしたが、すごくやりがいを感じる体験になりました。職場の方たちも忙しくても丁寧に説明してくれたり、優しく話かけてきてくれてとても体験がしやすかったです。

どんな状況でも笑顔で接してくれました！！

2 - 1 福田羽深



今回職場体験をした事業所

ガスト
藤田 荷衣奈

職業体験をして

今回、この職業体験をするにあたって立てた私のテーマは『接客をするときに大切なことを学ぶ』です。このテーマを立てた理由は、普段の生活の中で、クラブチームや選抜練習の時などの場面で、初対面の人と話す機会が多く、人と話すときに大切なことを学びたいと思ったからです。

この個人テーマについて分かったことは二つあります。それは、笑顔が大切ということと、挨拶を忘れてはいけないということとです。

そう思った理由は、お客様に対して店員さんが笑顔で接客している、そのお客様の表情も良かったことがあったからです。また、無線などを使って、コミュニケーションを取り合って、挨拶を忘れずにしている、そのくらい挨拶は大切のだという事に改めて実感したからです。

職業体験を通して、私は多くのことを学ぶことができました。

今、私たちが生活している中でよく親や先生に言われている『挨拶』は、今のうちに身に付けておいたほうが、後で大人になってから苦労しなくて済むのではないかと思います。仕事はいつでも自分のできることだけ、好きなことだけをできるものではなく、大変な作業が多いということもわかりました。

最後に、毎日働いてくれているお母さん、お父さんに感謝したいです。



マイチャレンジとすい庵

11月6～10日

メンバー

田代海來 竹内琉力 中村真志

大嶋佑弥 星蒼太 永山穂実 岸彩葉



そすい庵

NEW

11月6~11日 ●

2417 ●

田代海來



個人テーマの感想

「暇な時間を作らない」

自分の中では時間を守ってテキパキと行動できたと思います。最初は事業所の方々に追いつけませんでした。でも慣れていくうちに事業所の方々と同じ行動が出来るようになりました。これを学校生活でも取り入れていこうと思います。



未来の自分や後輩へのメッセージ

今、社会に出て通用することを知っているのに実行しないと、急に社会にでてでも出来るわけがありません。今、自分にできることはどんどん実行して、そして継続しないとだめだと思えます。

結果、僕は何事にも継続が大切だと思えました。

1年生の皆さん！無理だと思ってそこでやめてしまうのではなく、継続して少しでも出来るようになったら、それは将来絶対に役に立つと思えます。だから、諦めないで頑張ってくださいと思います。



インタビューの内容

Q、お客さんに言われてうれしいことは？

A、おいしい！また来ます！など

Q、1日の中で一番大変なことは？

A、うどんやそばの麺作り

Q、おすすめのメニューは？

A、季節限定メニュー



まとめ・今回のマイチャレで、僕がいつもお店で美味しいご飯を食べられているのは当たり前ではなと思えました。この5日間の貴重な時間を体験し、僕はたくさん成長することができました。この経験を活かして今後の学校生活をより良く過ごすために学んだことを取り入れて生活しようと思えます。そして、社会に出て通用する人間になりたいです。

三島中学校
竹内琉力

個人テーマ

任された仕事に
責任を持って行う

そすい庵



『そすい庵』は、『そすいの郷』と同じ敷地内に
立てられているレストランです。

水車で挽いた「そば粉」や、『そすいの郷』でも扱っている、
新鮮な野菜や卵などを使ってお食事を出しています。

マイチャレンジをしてわかったこと

- ・飲食店はお客さんが入ってきてからもたいへんだけと開店
する前の仕込みや店内の掃除など色々することがあった
- ・お客さんが食べ終わったものをすぐに取りに行くのも大変
だった
- ・店内の席順なども覚えてお茶などを持っていくのも大変だ
った



感想

マイチャレンジを通して、多くのことを学びました。人との関わり方やあいさつなど普段の学校生活で言われていることが、本当に大切なことであることがわかりました。これらのことをより意識しながら生活して生きたいです。また、働くということは、大変なことはもちろんありますが、やりがいあるものだと思います。どのような職業でも人の役に立つものばかりです。これからの生活の中で、人の役に立つことにも積極的にチャレンジしていきたいです。

マイチャレ そすい庵

中村真志

個人テーマ

遅刻しないようにしよう



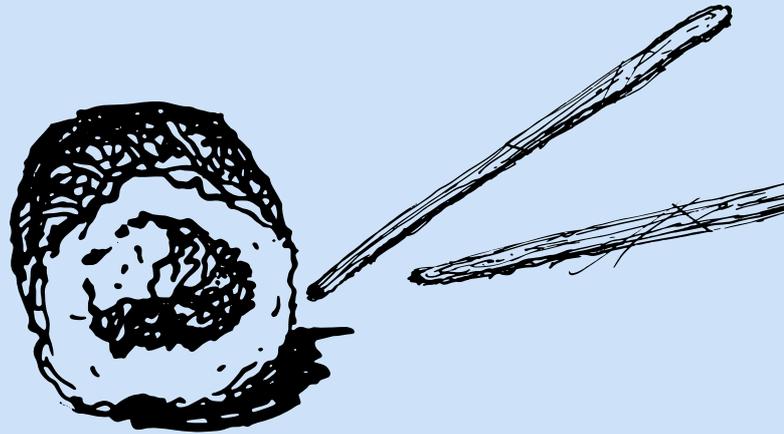
作業内容

スーパーでは天井のもり方と太巻きの作り方、レジではお客様のかごなどを運んでいました。

蕎麦屋では、仕込みと接客をしました。

お菓子作りでは砂糖のg量りや団子を丸くしたりしていました。

感想



初日の事業所の説明で遅刻しない方がいいと思いました。

仕事は地域のためだと思ったのと大変だと思いました。

マイ・チャレンジ

2023.12.20

作：大嶋佑弥



個人テーマ

「働きで感謝を学ぶ」

このテーマにした理由

今自分の親がどれだけ働いて家族を支えているのかを学びたかったから

感想

5日間マイ・チャレンジを通して体験したことは、全て難しかったです！

自分の親は大変なことを毎日こなしていてとてもすごいと思いました。それと同時に今が1番楽しいということがわかりました！

体験に行った場所

そすいの郷 直売センター

「那須疏水」の清らかな水により育てられた農産物の直売所です。新鮮な朝採り野菜や果物、卵、特別栽培米、杵つき餅、自家製味噌等が売られています。

そすい庵

水車で挽いた「そば粉」や、『そすいの郷』でも扱っている新鮮な野菜や卵を使ったお食事を提供しています。



活動内容

- 1日目 菓子作り
- 2日目 そすい庵
- 3日目 惣菜づくり
- 4日目 レジ
- 5日目 惣菜づくり（自由に選択）

そすい庵での昼食は、そばでとても美味しかったです！

惣菜づくりでは、自分で商品を作って持ち帰ったりすることができました！

そすいの郷直売センター そすい庵

2023年11月6日～10日実施

星 蒼太



個人テーマ 仕事の雰囲気をつかんでくる。

今回のマイ・チャレンジでは、仕事を楽しみながら、職場の雰囲気を掴んでおくことが重要だと思ったのでこの理由にしました。



社会に出る上で大切なこと

今回の職場体験では、飲食店、菓子づくり、惣菜づくり、レジの手伝いと4つの職場体験をして、職業を体験してみましたが、どこの従業員さんでも、お客さんが快適な時間を過ごせるように工夫している事がわかりました。

僕も今回の職場体験で学んだお客さんを思う気持ちを将来の仕事に活かしていきたいです。

マイチャレンジの 感想

マイチャレンジの中で、あるお客さんのお手伝いをしたら「ありがとう」と言われました。これを言われたのは4日目のレジのお手伝いをしている日でした。マイチャレ期間で初めて、お客さんの前でお仕事をしましたが、レジにいと、お客さんの存在を強く認識できるし、3日目まで体験していた惣菜やお菓子が実際にお店に並んでるの見て、普段意識しないスーパーのバックヤードとのつながりが見えてとても感動しました。



そすい庵

永山穂実

2023年 11月6日～10日実行

個人テーマ

お客さんへの接し方を学ぶ

ていねいな言葉遣いや挨拶、身だしなみが大切だということがわかりました。私はお客さんが不快な気持ちにならないよう、いつも笑顔で接するよう心がけました。いつも笑顔でいるとお客さんに「頑張ってる」と応援の言葉を頂いてとても嬉しい気持ちになりました。

活動内容

レジ (シール貼り、玉ねぎの皮むきなど)

菓子 (菓子作り、はんこ押し、シール貼りなど)

そすい庵 (お店の準備、接客など)

そうざい (揚げ物をパックに入れる、お弁当作りなど)



社会に出る上で大切なこと

返事は大きくする

挨拶は元気に

丁寧な言葉遣い

感想・振り返り

お客さんにはいつも笑顔で接したほうが嬉しい気持ちになることを学びました。疲れた顔で接客をしてしまうとお客さんが不快な気持ちになってしまいます。だから、大きな声で挨拶をしたり笑顔で挨拶をしたりすることで沢山の人にいい印象いい印象を持ってもらうことが大切だということがわかりました。

そすい庵

岸 彩葉

職業体験で気づいたこと

そすい庵で気付いた事は、お店側の配慮です。お店では買い物を終えた後、カゴを戻します。戻したカゴが増えると、入口の前にあるカゴが無く、お客様は不便に感じストレスになります。しかしお店側はそのような事がないように、お店の方は使ったカゴが増えてきたら、すぐにカゴを入口の前に不便を感じる事がないように店の入口の前に置いてある事に気遣いを感じました

苦勞したこと

苦勞した事は食品作りの大変さです。そすい庵は食べ物を手作りで販売しています。金平饅頭作りではきんぴらを30gの大きさに丸めて作ります。きんぴらごぼうは柔らかくて、きれいな形で丸めて作るのがとても難しく大変でした。

職員の方々は毎朝4時から出勤し、毎日食品作り、衛生管理を心がけている事が凄いなと思いました。



道とん堀

松本陽菜
本澤星玲愛
益子亜蓮



MY CHALLENGE

ニュースマイチャレンジ12月号

(2023年 11月6日～11月10日実施)

本澤 星玲愛

マイチャレ

個人テーマについて

「接客の仕方を知り

楽しく仕事する方法を学ぶ」



接客するときはお客さんの目線と合わせるようにして接客するということがわかりました。その時に元気にやるということもわかりました。仕事をするときはお客さんに喜んでもらえるように、元気で明るく接するようになるとお客さんもたのしく食事することができると考えました。



体験中の様子

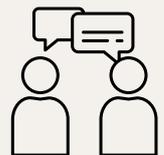


活動内容

- 11:00 出勤 そうじ
- 11:30 開店 仕込み 提供
接客
- 14:00 閉店 片付け 焼き練習
- 15:00 体験終了

社会に出るうえで大切なこと

- ・礼儀（挨拶）
- ・時間を守る
- ・コミュニケーション



感想・振り返り

最初は緊張してしまって、全然できなかったけど次の日から一生懸命やることができました。片付けは鉄板の汚れを落とすのが大変だったけど次来るお客さんがきれいな状態で食べていただけるように頑張ることができました。マイチャレンジ前に比べて成長することができました。



お好み焼き道とん堀

松本 陽菜

2023年
11月6~10日
実施



個人テーマ

社会で必要なことを学ぶ

マイチャレンジでは、普段の生活の中では経験できないようなことや関わりのない人と接する機会があり、社会に出たらいろいろな変化があって、それに合わせて自分から進んで考えること、行動することが大切だということ学びました。

活動内容

- 11:00 出勤
- 11:00~ 開店準備
- 11:30~ ホール補助
- 14:00~ 焼き練習
- 14:30 閉店
- 15:00 退勤

感想・振り返り

マイチャレンジを通して、多くのことを学びました。話を聞く姿勢や挨拶など普段の学校生活で言われていることが本当に大切であることがわかりました。また、働くことは大変なだけではなく、やりがいや達成感もあるものだと思います。これから、今回の経験を生かして生活したいです。



個人テーマ 社会の厳しさ楽しさを知る

三島中学校 益子亜蓮

普段の生活では、友達や家族に対して話すことが多かったですが、マイチャレンジではお客さんに丁寧な言葉を使って話すことがとても緊張しました。しかし、とてもいい経験になりました。



社会に出るうえで大切なことは、まず自分の行動に責任をもつことです。

お客さんに良くない態度をしてしまうと、お店の評判が下がってしまいます。自分の行動に責任をもって、良くない態度を絶対に出さないことが大切だと思いました。仕事は、思っているより大変で、真面目にコツコツと頑張らなければいけないと実感しました。



HOME



ebass西那須野店

メンバー

森 悠希

小野崎 海侑

廻谷 泉希



「仕事についてよく考えて活動する」

2329 森悠希

テーマ設定の理由

私は、このマイチャレンジで「仕事についてよく考えて活動する」という活動テーマに設定しました。まだ将来何になりたいかなどが決まっておらず、目標がありません。私は小学生の時、図書室へ行き仕事について細かく書かれている本を読むことが好きでした。本を読み、自分の将来のことを考えるだけでワクワクしました。しかし、それぞれの仕事に大変さや辛さがあることを知り、不安が大きくなってしまい、その日から仕事について何も考えなくなりました。だから、このマイチャレンジを通して仕事について考えを改めようと思い、このテーマを設定しました。

マイチャレンジを行ったebass西那須野店について

ebass西那須野店

住所 那須塩原市

南郷屋4丁目13-1

店長 山崎浩氏さん

他スタッフの方々

女子会や宴会

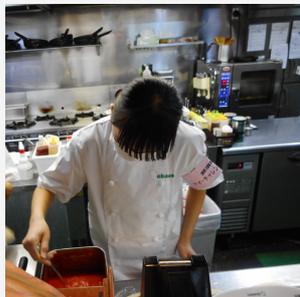
ディナーやランチが人気



活動内容

- 10：30～ 開店準備
- 10：50～ 開店前打ち合わせ
- 11：00～ 開店(厨房での仕事、接客の仕事)
- 12：30～ 昼食
- 13：00～ 接客やお皿洗いなど
- 14：30～ サラダバー
ドリンクバー の片付け
- 14：50～ 振り返り
- 15：00 帰宅

ピザの仕込み
をしている様子→



○楽しかったこと

昼食の時間です。スタッフさんがみんな優しく面白く、居心地の良い場所でした。同じマイチャレンジ場所だった2人とも唯一たくさん話せる時間だったので楽しかったです。最終日は、お店の料理を作ってください、ごちそうになりました。とても美味しかったです。

○学んだこと

お皿の持ち方や接客の仕方など、たくさんのことを学ばせていただきました。また、私は声を大きく出すことと、すぐ落ち込まず、切り替えを早くすることを意識しなければならぬと気づくことができました。自分に足りないところがよくわかり、とても良い経験になりました。



テーマを振り返って

このマイチャレンジを通して、仕事は好きなことや得意なことを活かすことができたり、新しいことを学べたりするとわかりました。これから学んだことを将来に活かすことができるように頑張りたいと思います。

マイチャレで学んだこと

小野崎海侑



学んだこと

私がマイチャレで学んだことは

- ・コミュニケーションの大切さ
- ・常に笑顔で明るく
- ・礼儀が大切

ということを学びました。

コミュニケーションをとっているからお客さんに迷惑をかけない、笑顔でいるからお客さんも笑ってくれるなどとても大切なことを学べたと思いました。



個人テーマ 「仕事が

どんなものか知る！」

私は仕事と聞くとやりたくない、大変なものというイメージがありました。

ですが大人に聞くと大変だけどそれだけじゃないと教えてくれました。仕事の楽しいところを見つけたくてこのテーマにしました。



感想

私はこのマイチャレンジを通してたくさんのことを知ることができました。

笑顔でいたり、声をかけることは簡単なことに見えたけれどやってみるととても難しかったです。

立ち仕事で疲れたり、緊張して笑顔を忘れてたり、きついことがたくさんあったけど、お客さんからの

「ありがとう」という言葉を言ってもらえたときにとても嬉しかったです。自然と笑顔になっていました。このマイチャレンジで学んだことをこれからの生活に活かしたいです。



行ってきた事業所名

ebasu

テーマ

仕事のやりがいについて学ぶ

廻谷泉希

私は仕事に対して「仕事『辛い』」という固定概念に囚われていました。そのため、仕事について知ろうとしなかったので、今回はその固定概念を無くしたいと思い、このテーマにしました。

まず内容は、ホールと厨房に分かれて活動しました。ホールではお客様よりも先に部屋に入らない、お料理をお持ちするときに自分の指を皿に乗せない、ということ学びました。厨房では時間との勝負の皿洗い、料理をホールに渡すときの声のトーン、などについて学びました。また、ランチとディナーの境の休み時間には、厨房以外は電気を消すやシンクに水をため、必要最低限の水を使い、余分な水を出さないように、それほどの汚れでなければ石鹸を使わないという、現在進行系で呼び掛けられているSDGsの取り組みについても学びました。

今回のマイチャレを通して、私は、声の大きさやトーンの高さ、お客様に対しての社会に出てからの最低限の礼儀について色々学びました。

また、この四日間でホールと厨房を体験してきましたが、とても疲れました。時には弱音を吐いたくらいでした。しかし、エバスの皆さんは何一つ辛い顔をせず、ずっと笑顔でお客様と接していたので、すごいと思いました。このように、素晴らしい方たちに自分もなれるようこれから頑張りたいです。

