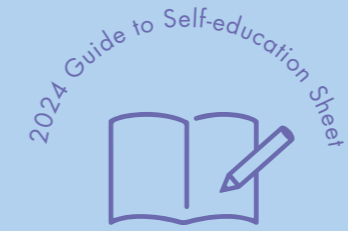


2024年度 入学生用

これを読めば  
分かる!使える!  
自己教育カシートの  
マニュアル付!



# [四国大学スタンダード] 自己教育力ガイド

短 大 編

2年間記録するよ!  
卒業に必要だよ!



科

専攻

学生番号

氏名



人が集まる「人」をつくる、大学。



四国大学 全学共通教育センター

〒771-1192 徳島県徳島市応神町古川  
Tel.088-665-9650

四国大学 全学



人が集まる「人」をつくる、大学。





「全人的自立」を建学の精神として掲げる四国大学では、皆さんが専門的知識の修得とともに、これからの社会をたくましく生き、地域・社会に貢献できる力を在学中に体得できるように、「社会人基礎力」、「自己教育力」および「人間・社会関係力」の三つの力を「四国大学スタンダード」として設定しました。

本冊子は、学生の皆さんに必ず修得してもらいたい学習内容・授業科目や課外活動、そして学習履歴などを記録するポートフォリオ（自己教育力シート）の入力方法などを具体的に説明したものです。

皆さんが、本冊子の内容をよく理解・活用することにより、卒業時には「自己教育力」を含む「四国大学スタンダード」を修得して、実社会で大いに活躍されることを期待しています。

四国大学短期大学部 学長 松重 和美

# contents

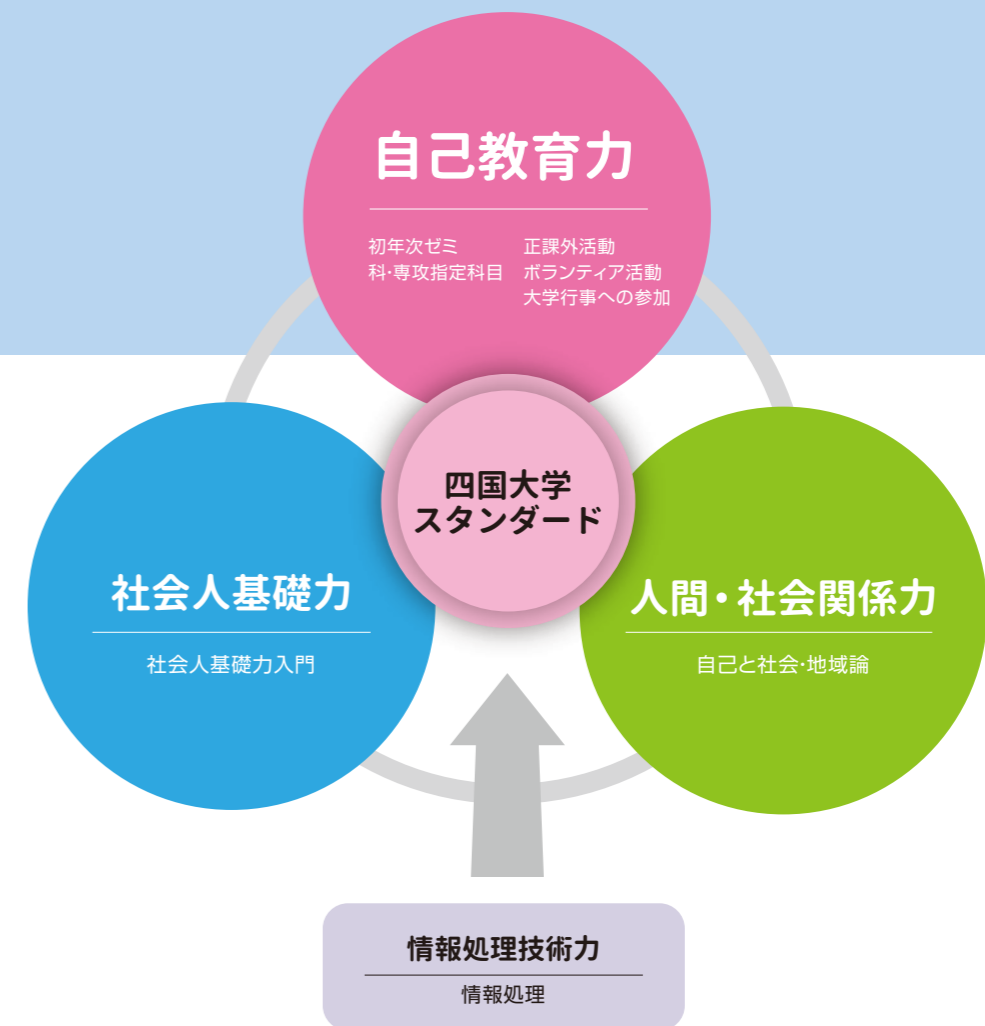
## コンテンツ

四国大学スタンダードとは？	02
四国大学スタンダードで身につける内容と授業科目	03
自己教育力シートとは？	04
自己教育力シートの流れ	05
自己教育力シートの入力時期	07
入カマニュアル	09
まずはログイン	09
自己評価シートの入力方法	10
コメントシートの入力方法(記入例付き)	11
完成例	15
MAP	17
自己教育力シートに関するQ&A	18

# 四国大学スタンダードとは？

四国大学の建学の精神は「全人的自立」です。これは、知識・技術の修得とともに、人間的な成長を目指し、社会に貢献できる実践的な力をもった学生を育てることを目的としています。その実現のために、具体的に身につける内容を明らかにし、その目標に向かって取り組むものとして、「**四国大学スタンダード**」を設定しました。

「四国大学スタンダード」は、授業や課外活動など学生生活全般を通して確実に身につけてほしい3つの力「社会人基礎力」、「自己教育力」、「人間・社会関係力」を核とし、これらを実現するための手段として「情報処理技術力」を加えて構成されています。



## 四国大学スタンダードで身につける内容と授業科目

### 学生生活を通して身につける力

身につける内容	授業科目
<p>社会人として自立するために必要な基礎的・基本的な力</p> <p>1. 社会人マナー 2. 基礎学習力 3. 情報活用力</p>	<p>社会人基礎力入門</p>
<p>自己の向上のため意欲をもって取り組む技術や方法を身につけ、社会において絶えず努力する力</p> <p><b>1. 自己理解・省察力</b> 特定の課題に対して、自己を見つめながら、どの程度理解しているか、不足している部分は何かなどを省みる力</p> <p><b>2. 目標課題設定力</b> 社会の動きを踏まえ、自らの知識・技術をどこまで向上させるかについて考える力</p> <p><b>3. 向上・探究する力</b> 自ら考え設定した目標や課題に対して、授業、課外活動、ボランティア活動あるいは大学行事への参加等を通して、常に目標に到達しようとする、または課題を解決しようとする力</p>	<p>●初年次ゼミ ●学科指定科目</p> <p>2年間を通じた成長をみるため、各学年の授業科目が対象となります。また、授業科目とともに課外活動やボランティア活動、大学行事への出席・参加もポートフォリオ上に記録し評価されます。</p> <p>\\ Check! //</p> <p><b>必ず自己教育カシートに入力しましょう</b></p>
<p>社会において他者と協調するとともに、積極的に社会を支える力</p> <p>1. コミュニケーション力 2. 対人親和力 3. 社会貢献力</p>	<p>自己と社会・地域論</p>

社会人基礎力

自己教育力

人間・社会関係力

### スタンダードを実現するための力

身につける内容	授業科目
<p>情報社会に必要な情報機器の操作法と情報倫理および情報通信技術の現状と課題</p>	<p>情報処理</p>

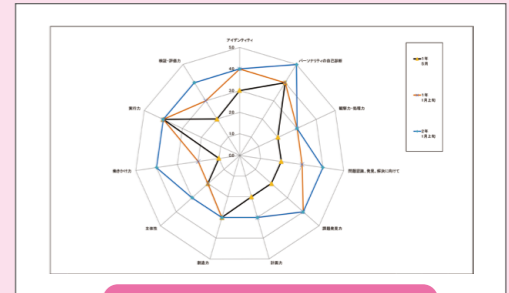
情報処理技術力

## 自己教育カシートとは？

四国大学では、自己教育力を達成するための取り組みのひとつとして、「自己教育カシート(ポートフォリオ)」を導入しています。学生は自己教育力に関係する授業科目、正課外活動、ボランティア活動、大学行事への参加等を自己教育カシートに2年間記録します。最終的には2年次の「科・専攻が指定する科目」につなげられ、科目の取り組みによって総合評価をし、自己教育力をより確かなものとする事ができます。また自己教育カシートは、就職活動等で自身の能力や経験をPRする際の助けとなります。こまめに記録し、自身の成長や就職活動に活かしていきましょう。

自己評価シート

自己教育力として必要とされる資質能力について自己評価を5段階で入力するものです。



自己評価レーダーチャート

自己教育力の項目(11項目)別に5段階で自己評価したものを視覚的に確認するものです。

自己教育カシート

コメントシート

自己教育カシートの中心となる部分です。自分の課題、それを達成するための取り組み、その成果と今後の課題を入力していきます。担当教員、顧問、チューターのコメントも必ず入力されるのが特徴です。

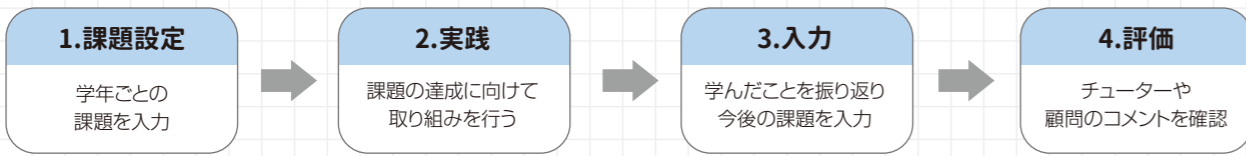


Point

「自己教育カシート」はこまめに入力しましょう。

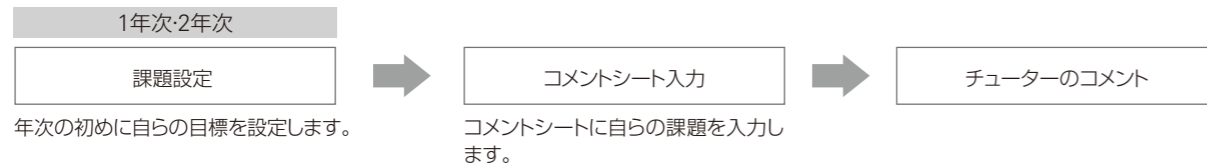
## 自己教育カシートの流れ

1~4を継続することで、自己教育力を高めていきます。



### 1. 課題設定

チューターやゼミ担当教員の意見を聴いて自らの目標を設定し、その達成に向けて1年をかけて取り組む課題を入力します。課題の入力は毎年行います。



### 2. 実践

ステップ1で設定した課題を達成するため、学年ごとに多様な取り組み(①授業科目の履修 ②正課外活動等 ③大学行事等への参加・ボランティア活動)を行っていきます。

#### ① 授業科目の履修

- 1年次前期には「初年次ゼミ」が開講されます。必修科目ですので、全員が受講し、コメントシートに入力します。
- 1年次後期、2年次は所属する科・専攻の専門科目の中から設定します。ただし、各科・専攻であらかじめ学生の自己教育力を高めるにふさわしいとされる授業科目を指定していますので、その科目を履修した場合にコメントシートに入力することになります。

科・専攻	1年次 前期	1年次 後期	2年次 前期	2年次 後期	3年次 前期	3年次 後期
ビジネス・コミュニケーション科		地域ビジネス演習II	ゼミI	ゼミII		
人間健康科 食物栄養専攻		食物栄養総合研究	卒業研究	卒業研究		
人間健康科 介護福祉専攻		介護課程(高齢者)	支援技術統合	介護総合演習(発展)		
幼児教育保育科		保育内容(人間関係)	保育内容(環境)	保育実践演習		
音楽科		実技II	実技III	卒業演奏(卒業制作)II		
外国人留学生 3年コース	ビジネス・コミュニケーション科	留学生基礎ゼミII	ビジネス・コミュニケーション基礎	地域ビジネス演習II	ゼミI	ゼミII
	人間健康科 食物栄養専攻	食物栄養総合研究	調理学実習I	食品化学実験	卒業研究	卒業研究
	人間健康科 介護福祉専攻	福祉ボランティア演習	介護の基本(理念)	介護過程(高齢者)	支援技術統合	介護総合演習(発展)
	幼児教育保育科	教育原論	幼児理解の理論と方法	保育内容(人間関係)	保育内容(環境)	保育実践演習
	音楽科	実技II	実技III	実技IV	実技V	実技VI

### ② 正課外活動等

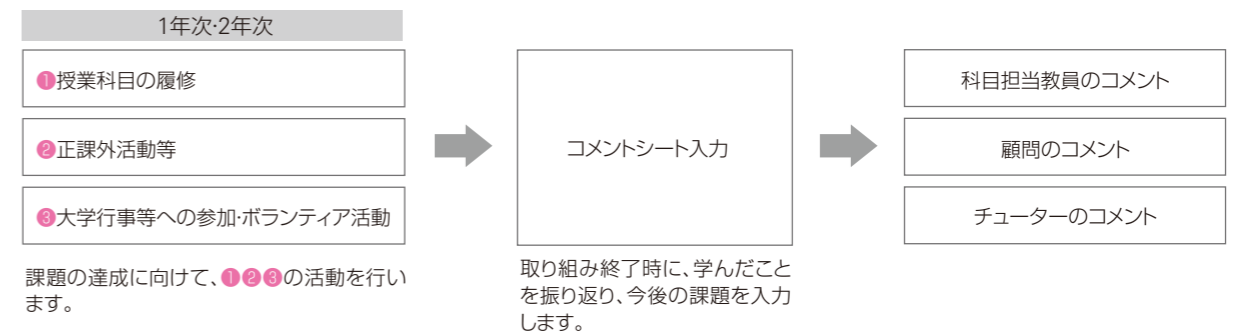
正課外活動等は、顧問の評価を必要とするため、ここでは大学が認定した研修クラブ(同好会を含む)を対象としています。また、大学が学生の自主的な活動を支援するために行っている「学生プロジェクト支援事業」への参加も対象となっています。

### ③ 大学行事等への参加・ボランティア活動

- 大学行事等への参加：本学では、正規の授業以外に学内で多くの行事を行っています。多様な経験をすることで、教養が高まり人間の幅が広がること、またキャリア教育の一環として就業力が高まることが期待できます。1年次を対象にした教養講座は前期4回、後期4回開講されます。前期1回は必ず受講しなければなりません。早い段階から予定を立てておいてください。
- ボランティア活動：学外等でボランティア活動をすることは、社会とのつながりをより深め自分自身の幅を広げるため極めて有用なものです。本学ではボランティア活動支援室を設けて、学生のボランティア活動を支援しています。この支援室が承認した活動を自己教育力を身につける方法として設定しています。

### 3. 入力

実践内容について学んだことと、今後さらに取り組もうと考えている課題を具体的に入力します。

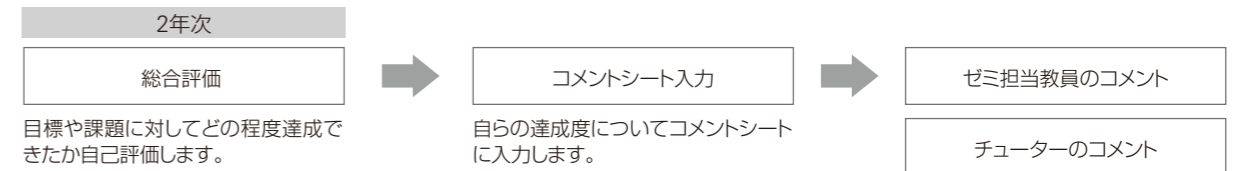


### 4. 評価

科目担当教員、顧問、チューターのコメントが入力されるので、よく理解して次のステップにつなげます。

### 5. 総合評価

大学生生活の自己教育力の集大成として、最終学年の1月\*に、自分の設定した目標や課題に対してどの程度達成されたかについて自己評価をして入力してください。  
\*入力時期は科・専攻によって変わる場合があります。



2年間かけて、あなただけの自己教育カシートが完成するよ！就職活動のPRに使おう！



## 自己教育カシートの入力時期

		1年次		
		5月末	前期末	後期末
■自己評価シート		<input type="checkbox"/> 資質能力の自己評価		<input type="checkbox"/> 資質能力の自己評価
	■コメントシート			
課題設定 実践の記録	自分の課題	<input type="checkbox"/> 1年次の課題		
	授業科目 <small>初年次ゼミ、専門科目は履修した場合は必ず入力</small>		<input type="checkbox"/> 初年次ゼミ	<input type="checkbox"/> 専門科目 (科目名はP5)
	正課外活動 <small>クラブ活動をしている人は積極的に入力</small>	<input type="checkbox"/> 正課外活動 【随時入力】 クラブ名、コメントを入力		
	大学行事への参加 <small>教養講座は必ず入力</small>		<input type="checkbox"/> 大学行事等への参加 前期教養講座	<input type="checkbox"/> 大学行事等への参加 後期教養講座
	ボランティア活動 <small>ボランティア活動に参加した場合に入力</small>		<input type="checkbox"/> ボランティア活動 【随時入力】	<input type="checkbox"/> ボランティア活動 【随時入力】
	総合評価			

		2年次		
		5月末	前期末	後期末
				<input type="checkbox"/> 資質能力の自己評価
		<input type="checkbox"/> 2年次の課題		
			<input type="checkbox"/> 専門科目 (科目名はP5)	<input type="checkbox"/> 専門科目 (科目名はP5)
		<input type="checkbox"/> 正課外活動 【随時入力】 クラブ名、コメントを入力		
			<input type="checkbox"/> 大学行事等への参加 【随時入力】	
			<input type="checkbox"/> ボランティア活動 【随時入力】	
		<input type="checkbox"/> 総合評価 2年間を総合的に振り返る		



入力が終了した時に□欄に  
✓を入れよう!



### pick up 「自己教育カシート」 大学生活 での効果

- 毎年の目標を立てて、自己教育カシートに記録し、残しておくことで、どのような能力を伸ばしたいかについて将来を見据えて考え続けることができます。
- 自分の課題について、教員からアドバイスをもらえるので、より前向きに取り組むことができます。
- 課題を設定し、取り組み、振り返るというプロセスの中で、確実に力をつけていくことができます。
- 伸びにくい能力や、伸ばしたい能力について、「自己教育カシート」をもとにチューターなどと相談できます。
- 2年間の活動を蓄積し、客観的に見ることで、自分自身をより理解できます。

### pick up 「自己教育カシート」 就職活動 での効果

- エントリーシートや履歴書では「学生時代に力を注いだこと」が問われます。その中では、単に取り組んだ内容だけでなく、どんな課題に直面し、その課題に対してどのようなアプローチをしたのかというプロセスが重要になります。自己教育カシートを参考にすることで、具体例を示して説明ができます。
- 「自己教育カシート」の記載内容を参考にすることで、キャリアセンターにおいてより手厚い面接指導が受けられます。

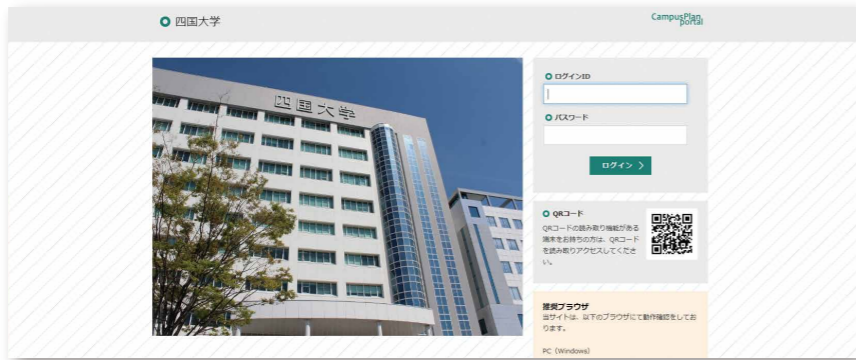
## 入カマニュアル

### まずはログイン

1 四国大学のホームページの[ポータルシステム]をクリックすると、ログインページが表示されます。



2 ログインページが表示されたら、ログインID(学生番号)とパスワードを入力して、「ログイン」ボタンをクリックします。



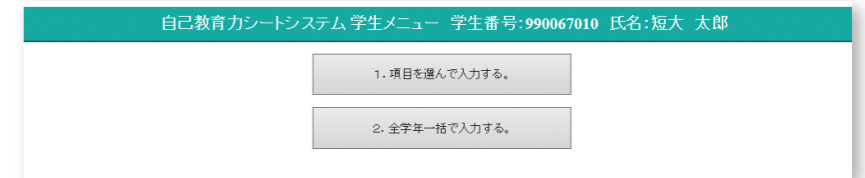
3 メニューの【外部サービス】をクリックしてサブメニューを表示し、【Webサービス】をクリックします。



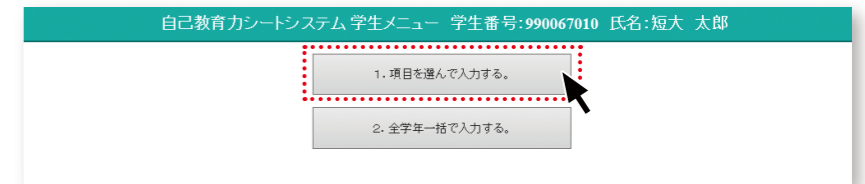
4 【Web学生カルテ】をクリックし、【自己教育カシステム】をクリックします。



5 自己教育カシートシステムは2メニューで構成されています。



6 【1.項目を選んで入力する】をクリックしてください。



### 自己評価シートの入力方法

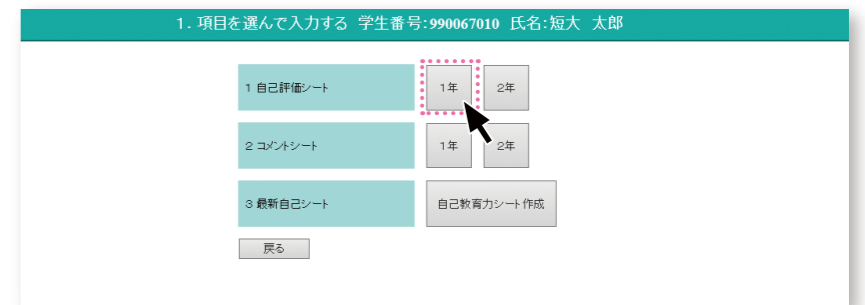
#### 自己評価シート・自己評価レーダーチャートについて

自己評価シートは、①自己理解・省察力、②目標・課題設定力、③向上・探究する力の3分類11項目となっており、項目別に必要な資質能力の指標や内容が記載されています。学生は指標・内容に沿って、自らの現状について1～5段階で自己評価をしていきます。

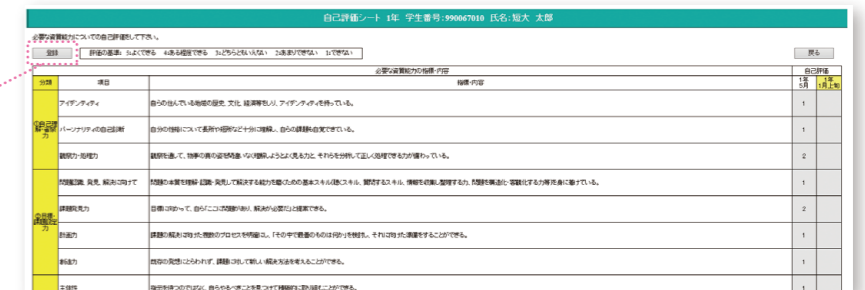
自己評価は1年次に2回(5月と1月)、2年次に1回(1月)行います。

自己評価シートを入力すると自動的にレーダーチャートが作成されます。

1 【1.自己評価シート】の学年をクリックしてください。(例:1年)



2 「自己評価」を入力し、最後に自己評価シートの左隅にある【登録】をクリックしてください。





# コメントシートの入力方法（記入例付き）

## コメントシートについて

コメントシートに学年ごとに自分の課題を入力し、それを達成するために多様な取り組みを行っていきます。その成果を「学んだこと」として入力し、さらに「今後の課題」を合わせて入力します。入力完了すると、担当教員、顧問、チューターのコメントが必ず入力されますので、これらをよく理解して次のステップへつなげていきましょう。

【2.コメントシート】の学年をクリックしてください。(例:1年)

1. 項目を選んで入力する 学生番号:990067010 氏名:短大 太郎

1 自己評価シート 1年 2年

2 コメントシート 1年 2年

3 最新自己シート 自己教育シート作成

戻る

選んだ学年のコメントシートが表示されます。順次入力してください。

コメントシート 1年 学生番号:990067010 氏名:短大 太郎

学年	現状の課題	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	現状の課題				
1年次	初年次ゼミ	プレゼンの方法、文献検索の方法など大学で学ぶための基礎的なスキルを身につけることができた。プレゼンテーションでは、相手の立場に立って、伝え方を工夫する必要がある。	積極性を持つことの大切さに気づいた。ディスカッションの時には、積極的にコミュニケーションをとることを心掛けていきたい。	山田 太郎	

## 【2.自分の課題】の場合

「現状の課題」を入力してください。入力後、コメントシートの左隅にある【登録】をクリックしてください。

コメントシート 1年 学生番号:990067010 氏名:短大 太郎

学年	現状の課題	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	現状の課題				
1年次	現状の課題				

記入例

### 【2.自分の課題】

学年	現状の課題	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	現状の課題				
1年次	現状の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大学生生活に早く馴染めるよう努力し、2年間充実した生活を送るようになる。</li> <li>・授業をまじめに受講し、授業での疑問点などを担当教員に積極的に質問する。</li> <li>・勉強だけでなく、テニスクラブに入部して、県大会でいい成績を残せるよう努力する。</li> <li>・休み時間等を通して積極的にコミュニケーションを図るように心掛け、友達をつくるよう努力する。</li> </ul>			チューター確認コメント

point

●自身の学習習慣や生活習慣の課題、学びたいこと、取得を目指す資格などについて具体的に入力しましょう。

## 【3.自分の課題に対する取り組み（授業科目）】の場合

「学んだこと」、「今後の課題」を入力してください。入力時期になると、対象の科目名が表示されます。入力後、左隅にある【登録】をクリックしてください。

学年	現状の課題	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	初年次ゼミ	プレゼンの方法、文献検索の方法など大学で学ぶための基礎的なスキルを身につけることができた。プレゼンテーションでは、相手の立場に立って、伝え方を工夫する必要がある。	積極性を持つことの大切さに気づいた。ディスカッションの時には、積極的にコミュニケーションをとることを心掛けていきたい。	山田 太郎	

記入例

### 【3.自分の課題に対する取り組み（授業科目）】

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	初年次ゼミ	プレゼンの方法、文献検索の方法など大学で学ぶための基礎的なスキルを身につけることができた。プレゼンテーションでは、相手の立場に立って、伝え方を工夫する必要がある。	積極性を持つことの大切さに気づいた。ディスカッションの時には、積極的にコミュニケーションをとることを心掛けていきたい。		

point

●授業の感想だけでなく、学んだ内容を具体的に入力しましょう。

## 【4.自分の課題に対する取り組み（正課外活動等）】の場合

「名称」、「学んだこと」、「今後の課題」を入力してください。入力後、左隅にある【登録】をクリックしてください。

学年	現状の課題	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	バスケットボール	友達や先輩との関わりを通じて、人間関係の構築の大切さを知ることができた。また、監督やコーチに教えてもらう中で、礼儀などを改めて学ぶことができた。	集団活動の中で、相手の意見を尊重すること、自分の意見を伝えること、チームの意見をまとめることに取り組んでいきたい。	山田 太郎	

記入例

### 【4.自分の課題に対する取り組み（正課外活動等）】

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員	担当教員評価コメント
1年次	バスケットボール	友達や先輩との関わりを通じて、人間関係の構築の大切さを知ることができた。また、監督やコーチに教えてもらう中で、礼儀などを改めて学ぶことができた。	集団活動の中で、相手の意見を尊重すること、自分の意見を伝えること、チームの意見をまとめることに取り組んでいきたい。		



【5.大学行事等への参加】の場合

大学行事当日に、出席手続きを行ったものの中から名称を選択して下さい。「学んだこと」、「今後の課題」を入力し、左隅にある【登録】をクリックしてください。

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員名	チューター確認コメント
1年次	とくしまマラソン給水ボランティア			山田 太郎	
2年次	第2回 教養講座(前期)	松重和美学長による「徳島の魅力:阿波藍—伝統文化×科学技術で新たな産業を創る—」と題した講座を受講した。阿波藍は徳島を代表する伝統的な産業であるが既存の枠にとらわれない自由な発想で、世界からも注目されていることを知った。	地域での取り組みについてまだ知らないことがたくさんあると気づいた。この2年間で、大学の中だけでなく、地域に目を向けて行き、自分でも何か始めてみたいと思う。		
3年次	第1回 就職オリエンテーション				

記入例

【5.大学行事等への参加】

学年	名称	学んだこと	今後の課題	チューター確認コメント
1年次	第2回 教養講座(前期)	松重和美学長による「徳島の魅力:阿波藍—伝統文化×科学技術で新たな産業を創る—」と題した講座を受講した。阿波藍は徳島を代表する伝統的な産業であるが既存の枠にとらわれない自由な発想で、世界からも注目されていることを知った。	地域での取り組みについてまだ知らないことがたくさんあると気づいた。この2年間で、大学の中だけでなく、地域に目を向けて行き、自分でも何か始めてみたいと思う。	

- point
- 出席管理システムで出席をとる大学行事(教養講座・就業力育成セミナー等)に参加すると名称が選択できるようになります。
  - 講座やセミナーの内容が後から見返したときに分かるように、学んだことを具体的に入力しましょう。

【5.ボランティア活動に対する取り組み】の場合

ボランティアは「名称」、「学んだこと」、「今後の課題」を入力してください。入力後、左隅にある【登録】をクリックしてください。

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員名	チューター確認コメント
1年次	とくしまマラソン給水ボランティア			山田 太郎	
2年次	第2回 教養講座(前期)	松重和美学長による「徳島の魅力:阿波藍—伝統文化×科学技術で新たな産業を創る—」と題した講座を受講した。阿波藍は徳島を代表する伝統的な産業であるが既存の枠にとらわれない自由な発想で、世界からも注目されていることを知った。	地域での取り組みについてまだ知らないことがたくさんあると気づいた。この2年間で、大学の中だけでなく、地域に目を向けて行き、自分でも何か始めてみたいと思う。		
3年次	第1回 就職オリエンテーション				

記入例

【5.ボランティア活動に対する取り組み】

学年	名称	学んだこと	今後の課題	チューター確認コメント
1年次	とくしまマラソン給水ボランティア	一人ではできないことも、同じ目的を持った人が集まることでその活動を快くできるということを学んだ。	ボランティアで成しえたことを、自分の日常生活の中での人間関係に照らし合わせ、自分ができることを見つけていきたい。	

- point
- まず参加したボランティアの名称を入力します。
  - ボランティアの内容や、実施場所が分かるように具体的に入力しましょう。

【7.総合評価】の場合

短大2年次(12~1月下旬※各科・専攻によって時期は異なる)に「達成度の自己評価」を入力してください。入力後、左隅にある【登録】をクリックしてください。

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員名	チューター確認コメント
2年次	総合評価			山田 太郎	

4 自己教育カシートの確認

【3.自己教育カシート作成】をクリックしてください。最新の自己教育カシートがExcel形式で作成されます。Excelが使えるパソコンで使用してください。

1. 項目を選んで入力する 学生番号:990067010 氏名:短大 太郎

1 自己評価シート	1年	2年
2 コメントシート	1年	2年
3 最新自己シート	自己教育カシート作成	

戻る



【完成例】

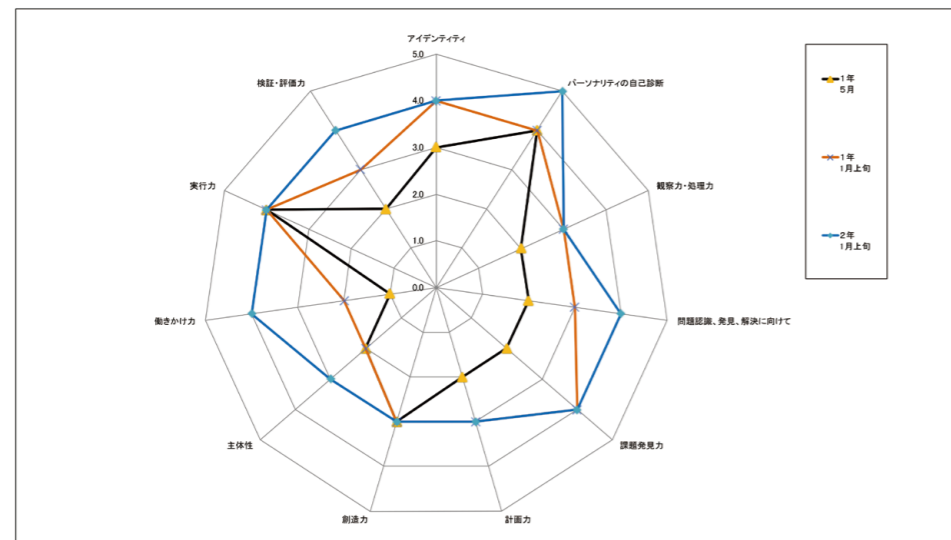
四国大学スタンダード自己教育カシート 【短大】

学生番号	2021999999	氏名	徳島 花子
------	------------	----	-------

1 必要な資質能力についての自己評価

評価の基準:	5 よくできる	4 ある程度できる	3 どちらともいえない	2 あまりできない	1 できない
--------	---------	-----------	-------------	-----------	--------

分類	項目	指標・内容	自己評価(入力例)		
			1年 5月	1年 1月上旬	2年 1月上旬
① 自己理解・省察力	アイデンティティ	自らの住んでいる地域の歴史、文化、経済などを知りアイデンティティをもっている。	3	4	4
	パーソナリティの自己診断	自分の性格について長所や短所など十分に理解し、自らの課題も自覚できている。	4	4	5
	観察力・処理力	観察を通して、物事の真の姿を間違いなく理解しようとする力と、それらを分析して正しく処理できる力が備わっている。	2	3	3
② 目標・課題設定力	問題認識、発見、解決に向けて	問題の本質を理解・認識・発見して解決する能力を磨くための基本スキル(聴くスキル、質問するスキル、情報を収集し整理する力、問題を構造化・客観化する力など)を身に付けている。	2	3	4
	課題発見力	目標に向かって、自ら「ここに問題があり、解決が必要だ」と提案できる。	2	4	4
	計画力	課題の解決に向けた複数のプロセスを明確にし、「その中で最善のものは何か」を検討し、それに向けた準備をすることができる。	2	3	3
	創造力	既存の発想にとらわれず、課題に対して新しい解決方法を考えることができる。	3	3	3
③ 向上・探究する力	主体性	指示を待つのではなく、自らやるべきことを見つけて積極的に取り組むことができる。	2	2	3
	働きかけ力	「やろうじゃないか」と呼びかけ、目的に向かって周囲の人々を動かしていく。	1	2	4
	実行力	言われたことをやるだけでなく、自ら目標を設定し失敗を恐れず行動に移し、粘り強く取り組む。	4	4	4
	検証・評価力	実施結果を振り返り更なる成長に向けての機会を求める。 ①目標通り実施できたかどうか検証する。 ②目標と実施結果の相違を把握し評価する。 ③今後、目標を達成するにはより高次の目標を達成するための計画を立てる。	2	3	4



四国大学スタンダード自己教育カシート 【短大】

学生番号	2021999999	氏名	徳島 花子
------	------------	----	-------

学年	現状の課題	チューターの確認
1年次	・大学生活に早くなじめるように努力し、4年間充実した学生生活を送るようになる。 ・授業中は集中し、疑問点は先生に積極的に質問する。 ・勉強だけでなく、サークルに入部したり、休み時間などを活用して積極的にコミュニケーションを図るよう心がけ、友達をつついでいきたい。 ・キャリアアップ支援プログラムを活用し、資格取得を目指す。	短大生活の2年間はある程度はあっという間に過ぎてしまいます。夢を実現するための目標を立てて、自分らしく充実した学生生活を送ってください。そして、短大時代にしかできないことに、たくさんチャレンジしてみてください。
2年次	・やるべきことに積極的に取り組む。 ・コミュニケーション力をつけ、周りの人と協力する力をつける。 ・人に言われる前に、自ら動くようにする。 ・達成できる目標を設定し、粘り強く取り組む。	何事にも積極的に取り組めましたが、これからが一段目に踏み出していくという意義があり、目標達成に向かって、頑張ってください。

(注) 2年次は、年度当初に現状の課題を入力する。

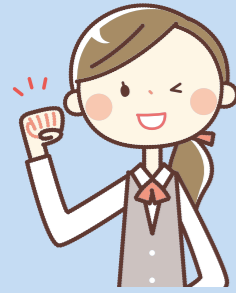
学年	科目名	学んだこと	今後の課題	担当教員名	担当教員評価コメント
1年次	初年次ゼミ	自分の苦手であるプレゼンなどがあったが、相手にどう伝わりやすく伝えるかを意識し、最後までやりきることができた。発表で自分の意見だけでなく相手の意見にも耳を傾ける必要がある。	今後は、学んだことをいかして、グループ活動でもっと積極的に話したり、自分から発言したりできる力を必要と感じた。協調性が不十分なので、コミュニケーション能力を高める努力をする。	〇〇〇〇	プレゼンの仕方やコミュニケーションの取り方など、積極的に勉強されていたね。これらの学生生活に活かしてほしい。
	コミュニケーション演習	しっかり予習復習し、ビジネスとコミュニケーションの基礎的知識を習得できた。また、講義で学んだことを日ごろから実践するようにした。	コミュニケーションについては実践がまだ不十分と感じた。また、適切に人に伝えるプレゼンテーション力をつけていくことが今後の課題である。	〇〇〇〇	日々の努力が自信につながっています。落ち着いて取り組んでいってください。
2年次	ゼミⅠ	プレゼンテーションを通して、レポートやスピーチなどがとても重要だということや、同じトーンや速さで喋り続けるのではなく、強調したい箇所では、声や大きさを抑えたり強めたりするなど、聞き取りやすいようにすることを学んだ。	言葉に抑揚をつけたり、句読点をしっかり使ったりして、聞き手により分かりやすいプレゼンテーションをすることを心がけたいと思う。	〇〇〇〇	プレゼンテーションの特徴をよく理解することができました。何度も繰り返し自分のものにしてほしい。
	ゼミⅡ	印象をよすための色の使い方を実践的に学ぶことができた。色が周囲に与える影響がどのようなものかを理解することができた。	就活にも応用できる内容であり、学んだことを実社会でも活かしていきたい。	〇〇〇〇	生活するうえで必要となる色に関する基本的な知識を学ぶことができた。色を持つ意味を察知して、実践してほしい。

(注) 1年次後期および2年次は、学科が指定する履修科目およびそれに準ずる科目とする。

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員名	担当教員評価コメント
1年次	ソフトボール部	集団の一員としての役割を自覚し、望ましい人間関係を築きながら、集団活動の楽しさを感じ、生活を充実することができた。	勝てるチームになるようにメンバーとしっかり話し合い、個人的には、打たれないようにピッチングを練習する。	〇〇〇〇	日々の練習で、その態度課題を挙げ、原因を追求し、改善策を図る等、常に向上心を持って取り組んでいます。その取り組み姿勢は他の部員の尊敬を集めているので、その姿勢継続して取り組んでほしい。
2年次	ソフトボール部	友達のことを思いやり自分の考えを深めたり、自分の活動に活かしたりすることができた。チームとして意見をまとめる楽しさを理解できた。	自分たち主体になって、みんなが楽しくできるような環境をつくる。先輩ができたので、先輩たちのように積極的に先輩になる。今まで通り試合にも練習にも積極的に参加する。	〇〇〇〇	皆のチームワークを高めてくれました。しっかりとこの経験を今後の学びの糧にして下さい。

学年	名称	学んだこと	今後の課題	担当教員名	チューターの確認
1年次	第4回教養講座(前期)	日本全体で増加している認知症にも様々な要因が関係していることが分かった。少し知っていたが、まだまだ知識が不足していたことに気付いた。	認知症について、まだまだ知らないことだらけだと気づいた。自分はもちろん周りの人にも定期健診はきちんと行うように促したい。認知症のひとを介護する仕組みも、ストレスをためないような気を付けなければいけない。これからは高齢者は増加していくので、認知症の知識をもっと身につけて、これからは生かしていこう。	〇〇〇〇	高齢化社会の中で認知症は身近な問題ですね。学んだ内容を人に伝えたり、取り組みにつなげてほしい。ボランティアも、自分の将来についてしっかりと考えるいい機会になったようですね。1年生で気づけたことは非常に良かったと思います。
	施設でのボランティア	高齢者施設への訪問を継続して行ううちに、高齢者に声をかけた話をしたりすることが出来るようになった。人との関わり方を身に付けることが出来た。	このボランティア活動の経験を活かすためにも他のボランティアにも参加し、社会的な意義などについて自分なりに比較したい。	〇〇〇〇	
2年次	第1回就業力養成セミナー	フリーターやニートの問題だけでなく、夢に向かって努力することの大切さやポジティブな方法について学ぶことができた。	フリーターという場合と正社員という場合を比較し、生涯年収がものすごく違うことに気付くことができた。自分の生活・人生についてよく考えていきたい。	〇〇〇〇	フリーターにならないよう、学生生活を充実させながら自分の将来についてしっかりと考えるいい機会になったようですね。
	第2回就職ガイダンス	就活やエントリーシートの書き方について学んだ。また、就活をする上でのマナーを学ぶことが出来た。面接を受ける上で意識することを理解した。	社会人にはマナーが必須なので、普段から意識していきたい。また、面接に苦手意識があるので、このガイダンスで学んだことを活かしていきたい。	〇〇〇〇	いくら見えてもマナーなどは普段から出ません。しっかりと目覚めから意識して身につけていきましょう。ここから就職活動に向けたことが得意に繋がります。今から求人情報によく目を通し、就職内定に向けて頑張ってください。

学年	達成度の自己評価	ゼミ担当教員評価コメント	担当教員名	チューターの確認
2年次	前期では単位を全て取得することができ、後期には希望していた企業から内定をいただいた。積極的に行動することを目標にしていたが、2年間で達成できたと思う。これからも、自分のやるべきことを見つけて、積極的に粘り強く取り組んでいきたい。	目標が達成できて良かったですね。次の目標に向かって積極的に取り組んでください。	〇〇〇〇	何事にも真面目に取り組む、努力を怠らぬ姿勢が周りにも刺激になっていました。社会人になっても目標に向かって邁進してください。



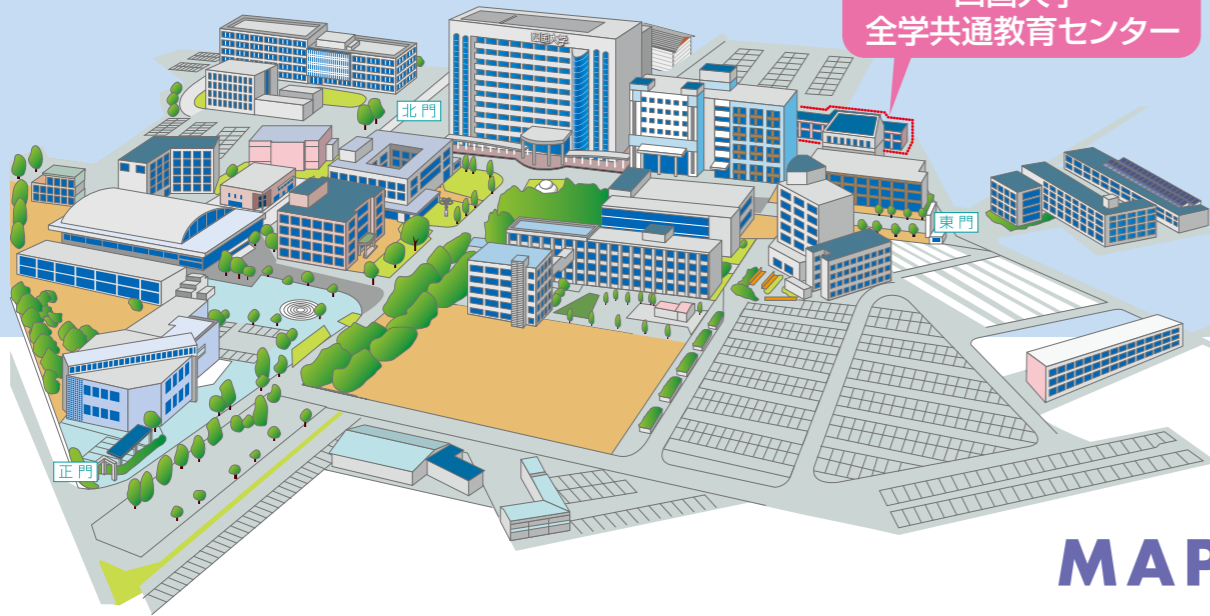
自己教育カシートの入力について  
分からない場合は  
チューターに相談してください。  
また全学共通教育センターにおいても  
教員・職員が学生の皆さんをサポートする  
体制を整えていますので気軽に相談してください。



SUDachi館 1階に  
あります

≡ Welcome ≡

四国大学  
全学共通教育センター



MAP

気軽に相談  
してください



パソコンも利用できます



多目的ライブ配信スタジオ  
TAG-RI-BA スタジオ



全学共通教育センター

## 自己教育カシートに関するQ & A

**Q1** 大学行事への参加・ボランティア活動に対する取り組みはいくつ入力できますか？

**A** 大学行事とボランティア活動、どちらも各学年最大4項目まで入力可能です。

**Q2** 大学行事への参加・ボランティア活動に対する取り組みの名称は、自分で入力するのですか？

**A** 出席管理システムで出席をとる大学行事(教養講座、就業力育成セミナー等)については、出席すると、名称が選択できるようになります。ボランティアについては、名称を自身で入力できます。

**Q3** スマートフォンからも入力できますか？

**A** インターネットを閲覧・操作できるブラウザがあれば、パソコンと同じように入力できます。  
※スマートフォンの「プライバシーとセキュリティ」の設定によっては、入力できない場合がありますので、PCでの入力をおすすめします。

**Q4** 編入・転学科し、入力事項がわからないのですが…

**A** 個別に対応しますので、全学共通教育センターにお問い合わせください。

**Q5** 入力途中で“Not Found”の表示が出ました…

**A** 自己教育カシステムにログインした状態で30分以上経過すると“Not Found”の表示が出ます。  
30分以内に、入力の途中で「登録」ボタンを押し保存して、再度入力を開始してください。

**Q6** コメントを入力し、登録ボタンを押しても、コメントが反映されません…

**A** スマートフォンやパソコンの画面が更新されていない可能性がありますので、更新ボタンを押すようにしてください。