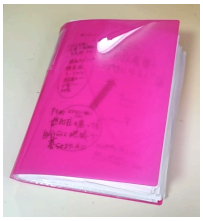
パーソナルポートフォリオをつくろう！

構想・設計　鈴木敏恵
http://suzuki-toshie.net/

ポートフォリオとは

・ポートフォリオ（Portfolio）とは紙ばさみ、デザイナーや建築家が持っている作品集です。
・これまでやってきたこと自分の個性やセンス、夢を一冊のファイルにまとめます。
・最高の自己紹介ツール！

ポートフォリオの作り方



□　ファイルを用意する（100 円均一ショップ等で売っている A4 版クリアポケットファイルで OK）
□　引き出しやアルバムなどから素材を集める。気になったらとにかく入れてみる。
□　自分の仕事のなかで、特に力を入れていることがわかるもの、それは何か、具体的にどう工夫しているのか、なぜそれに（そこに）力を入れようとおもったのか、きっかけ or 理由を入れる。
□　「自分をほめながら集める」のがコツ。「価値を感じる」「よく頑張った！」「楽しかった！」と、今日までやってきたことを楽しく振り返りピックアップしてポートフォリオへ入れてください。

こんなものを入れてみよう：

①自分の「好きなもの」「関心があるもの」「大切なもの」「得意なこと」‥ 写真を入れることオススメ！
②自分のうれしい「経験・歴史」（読書歴、ボランティア歴、美術館入場券、旅行の記録 etc.）
③今の自分をつくったもの（習い事の記録 etc.）と自分がつくったもの（工夫した資料、論文 etc.）
④これまで得たもの（表彰状、寄せ書き色紙、研修資料等（学んだことを箇条書きにして入れても!）
⑤自分が関係している場所、人（職場、家族、サークルなどの紹介。そこでの自分の役割）

作るときに気をつけること

①入れるものには必ず「日付」「出典」場所など根拠を添える
②前から順番に「時系列」で入れていく
③写真などビジュアルもの入れる、そのときの様子、気持ちを添えておくといい
④ メモや下書きを捨てずに入れる。そこにいたる過程や感情、エピソード（励ましの手紙、ぼろぼろになったノート）」などを入れましょう

動画講座↓

書名『キャリアストーリーをポートフォリオで実現する』
著者：鈴木敏恵
http://www.amazon.co.jp/dp/4818018414
ポートフォリオ作り方。入れるもの
１４ページ、１６ページ参照