

あ行

# 自分らしさ・穴埋め50音 ～仕事編～

自分らしさ × 仕事 × ○○

問いの答えを穴埋めすれば  
自分らしさ、想いが  
伝えられるようになる



## 印刷方法

各ページ(A4サイズ設定)を印刷してそのままお使いいただけます。

※白黒印刷、カラー印刷どちらでも好きな方で印刷ください。

※A4用紙で印刷することをお勧めします。

A4サイズよりも小さいサイズで印刷すると文字が読みにくくなるかもしれません。

※カードとしてお使いになりたい場合は、A4用紙で印刷後、赤線で切り取ってください。

## 記入例

|                    |                                                                                                                                       |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 自分らしさ・穴埋め50音 ～仕事編～ |                                                                                                                                       |
| 自分らしさ × 仕事 × 100%  |                                                                                                                                       |
| 問い                 | 100%の力を発揮するためにやっていることは？                                                                                                               |
| ① 答え               | 例) お客様や関係者のことを知る                                                                                                                      |
| ③ 理由・想い            | 私は、② 例) お客様や関係者を知ることを行い、自分の100%の力を発揮するようにしています。<br>④ 大事にしたいから／失敗した経験から／最高なものにしたいから<br>私は、② 例) お客様や関係者を知ることを行い、自分の100%の力を発揮するようにしています。 |

① 問いの答えを答え欄に記入する。

② 問いの答えを2か所に書き写す。

③ 問いの答えの理由や想いを理由・想い欄に記入する。

キーワードやメモ程度でもOK、話す時間(30秒・1分・3分など)でボリュームを調整する。

④ 理由・想いに適した文の終わりを選ぶ。

じっくりくるような自分の話しやすい言い方に変えてもOK。

⑤ 全文を読み上げ、全体を話しやすい言い方に変えていく。

※「結論ー理由・想いー結論」の3ステップにしております。それは、結論（大事なこと）を繰り返すことで聞き手に結論（大事なこと）を強く印象付け、伝わりやすくなるからです。

## 活用例

- ・1分間、3分間などのスピーチのネタ、原稿作成の際に
- ・インパクト、自分を覚えてもらえるような自己紹介で話す内容として
- ・名刺交換時に添える一言(15秒～30秒)として
- ・就活の自己PRや志望動機を書く際に
- ・SNSなどのプロフィール作成として

※企業や社内、学校、団体、グループなど個人利用の範囲を超えて、ミーティング、研修、イベントなどにおいてご利用になりたい場合は、本ページ最後のお問合せ先へご連絡、ご相談ください。

## その他

- ・本内容は、ダウンロードされたあなた自身の個人利用の範囲で限定して提供しております。本内容に含まれている内容の一部でも許可なく複製、改変などは固くお断りいたします。
- ・著者の許可なく電子データ、紙媒体で複製し、オークションやインターネット上だけでなく、転売、転載、配布、提供などは禁止いたします。
- ・本内容は、あなた自身の自分らしさ、想いを見える化して「伝えられる」助けとなるよう作成しております。相手に「伝わる」「理解される」かは、相手によって異なるため本内容を使った結果に一切の責任を持つことはできません。あなた自身の自分らしさ、想いが「伝えられる」ことを応援します。

## お問合せ先

著者：イノベーションライフコーチ 内海大助

連絡先：[info@lion-cafe.com](mailto:info@lion-cafe.com)

自分らしさ・穴埋め50音 〜仕事編〜 あ



自分らしさ × 仕事 × アフターフォロー

問い アフターフォローとして  
行っていることは？

答え

私は、 を  
アフターフォローとして行うようにしています。

理由・  
思い

お客様のために／大事にしたいから／経験してきたから

私は、 を  
アフターフォローとして行うようにしています。



自分らしさ・穴埋め50音 〜仕事編〜 い



自分らしさ × 仕事 × 依頼

問い 人に依頼するときに気を  
付けていることは？

答え

私は、人に依頼するときに気を付けていることは、  
です。

理由・  
思い

大事にしたいから／経験してきたから／関係を築きたいから

私は、人に依頼するときに気を付けています。



自分らしさ・穴埋め50音 〜仕事編〜 う



自分らしさ × 仕事 × 失いたくないモノ

問い 仕事で失いたくないモノは  
何ですか？

答え

私が、仕事で失いたくないモノは、  
です。

理由・  
思い

大事だと思うから／経験してきたから／仕事の本質だと思うから

私は、仕事で失いたくないです。



自分らしさ・穴埋め50音 〜仕事編〜 え



自分らしさ × 仕事 × エピソード

問い 仕事での一番のエピソード  
と言えば？

答え

私の仕事での一番のエピソードは、  
です。

理由・  
思い

大事にしたいから／経験してきたから／衝撃を受けたから

が、  
私にとって仕事での一番のエピソードです。



自分らしさ・穴埋め50音 〜仕事編〜 お



自分らしさ × 仕事 × 教わったこと

問い 仕事から教わったことは  
何ですか？

答え

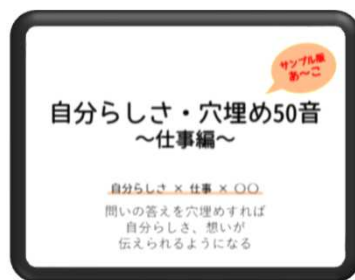
私が、仕事から教わったことは、  
です。

理由・  
思い

大事にしたいから／経験してきたから／お客様のためになるから

が、  
私が仕事から教わったことです。





## ご挨拶

はじめまして、～自分らしく輝く人生、最幸の未来になる～  
イノベーションライフコーチ「内海大助」です。

この度は、ダウンロードいただきまして誠にありがとうございます。  
自分らしさ・穴埋め50音～仕事編～あ行は、いかがでしたでしょうか？

「問い」へ答えていくことで、あなた自身の内側にあった自分らしさ、想いが外の世界へと出て見えるようになっていったと思います。そして、「問い」の答えに理由・想いを加えて出来上がった文章（言葉）は、きっとあなたらしい、想いが込められた文章（言葉）にもなったことと思います。

見える形になり、「伝えられる」形になったあなたらしさ、想いが外の世界に出ていけばいくほどに、あなた自身、あなたの周囲、あなたの人生が変化していくことでしょう。

「自分らしさ・穴埋め50音」の感想やご紹介などSNSやブログなどへの投稿は、大歓迎です。ただし、複製、転載、配布、提供となるような投稿とならないようご注意ください。

投稿、ご紹介の際は、#マイトレジャークエスト #自分らしさ穴埋め50音 とハッシュタグをつけて投稿いただけると幸いです。また、「投稿、紹介しましたよ」とメールとご連絡いただけると嬉しいです。ご連絡を頂けましたらフォローさせていただきます。

本内容が、あなた自身の内側の見える化の助けとなり、あなたの自分らしさ、想いが「伝えられる」ことを応援しています。

## 50音の続きは？

今回の「自分らしさ・穴埋め50音～仕事編～あ行」の続き「か行」「さ行」・・・と週1回メールで、順次お送りさせていただきます。

ご希望の方のみにお送りしたいと思います。

お手数ですが右のQRコードorリンクからご登録ください。

フォームリンク → <https://bit.ly/3hvL0hE>



個人利用の範囲を超えて、本内容を企業や社内、学校、団体、グループなどのミーティング、研修、イベントなどで実施したい場合は、著者へご連絡、ご相談ください。 連絡先：[info@lion-cafe.com](mailto:info@lion-cafe.com)

著者プロフィール  
イノベーションライフコーチ  
内海大助



<https://lion-cafe.com/my-treasure/profile/>

自分の中の3つの「宝物」を発見し  
自分だけの成幸豊速で輝く、最幸の未来へ



[https://lion-cafe.com/my-treasure\\_lp/](https://lion-cafe.com/my-treasure_lp/)

