

マッチング対策 基本データ整理ワークシート

記入者情報

氏名: _____ 記入日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

【STEP 1】学歴データ

大学名:

学年:

留年経験: なし あり(_____ 年次)

その他の学歴(予備校など):

学歴から得た学び・スキル:(単なる事実だけでなく、学んだことや身についた能力を書きましょう)

【STEP 2】成績データ

GPA/成績概要:

CBT成績:

臨床実習評価:

得意科目:

苦手科目:

成績面での学び・工夫したこと:(勉強法や努力したエピソードなど)

【STEP 3】課外活動データ

部活・サークル活動

活動名：

期間：

役職：

活動内容：

この活動から得た学び・スキル：

--

アルバイト経験

業種・職種：

期間：

役割：

具体的な業務内容：

この経験から得た学び・スキル：

--

ボランティア・その他の活動

活動内容：

期間：

役割：

この活動から得た学び・スキル：

【STEP 4】資格・特技

取得資格：

言語スキル：

IT・コンピュタースキル：

特技・趣味：

これらのスキルをどう医療に活かせるか：

【STEP 5】研究・留学経験

研究室/プロジェクト名:

期間:

研究テーマ:

成果(論文、学会発表など):

留学経験:

期間・場所:

内容:

この経験から得た学び・スキル:

--

【STEP 6】自己分析サマリー

私の強み(3つ選んでください)

- 1.
- 2.
- 3.

それぞれの強みを裏付けるエピソード・経験

強み1のエピソード:

強み2のエピソード:

強み3のエピソード:

私の弱み・課題(正直に書きましょう)

弱みをどう克服しようとしているか／弱みをどう強みに変えられるか

私が医師として病院に貢献できること(病院側のメリット)

【STEP 7】面接準備メモ

長所と短所をどう伝えるか(簡潔に)

長所:

短所:(短所を克服する努力や、短所の裏返しの強みも書きましょう)

志望動機に活かせる基本データは？

(自分の基本データの中で、志望動機に結びつけられる要素をメモしましょう)

活用のヒント

- このワークシートは一度で完成させる必要はありません。思いついたときに追記していきましょう。
- 具体的なエピソードを書くことが重要です。「いつ」「どこで」「何を」「どのように」を意識して書きましょう。
- 書いた内容を定期的に見直し、補足や修正を加えましょう。
- 友人や先輩にフィードバックをもらおうと、客観的な視点が得られます。
- 面接では、このワークシートの内容をそのまま言うのではなく、要点を抑えて自分の言葉で話せるように練習しましょう。