

朝ごはんはんで就活力UP!

朝ごはんが君をサポート☆



- 頭に体にエネルギーを送って**集中力UP!**
- 試験中に**お腹がならない!**
- 面接官に**好印象!?**

『朝ごはんは食べてきましたか?』



『はい!できる男を目指して毎朝ごはんをしっかり食べています!!』



「社会人基礎力」(3つの能力/12の要素)

*「社会人基礎力」とは「職場や地域社会で多様な人々と仕事をしていくために必要な基礎的な力」です。【経済産業省】

前に踏み出す力 (アクション)

～一歩前に踏み出し、失敗しても粘り強く取り組む力～

- ・主体性
- ・働きかけ力
- ・実行力

考え抜く力 (シンキング)

～疑問を持ち、考え抜く力～

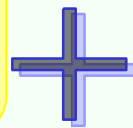
- ・課題発見力
- ・計画力
- ・創造力

チームで働く力 (チームワーク)

～多様な人々とともに、目標に向けて協力する力～

- ・発信力
- ・傾聴力
- ・柔軟性
- ・状況把握力
- ・規律性
- ・ストレスコントロール力

朝ごはんを
食べる習慣
も社会人の
基本です。



栄養・食生活について詳しく知りたい方は...

発行元 神奈川県厚木保健福祉事務所 〒243-0004 厚木市水引2-3-1
TEL (046) 224-1111 FAX (046) 225-4146
<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/iy8/eiyou/p451849.html>

若い人 朝ごはん リーフレット

検索

超簡単朝食レシピなど、朝ごはん情報掲載中

H30年3月改訂