**eラーニング課題**

**ビジネスマナー(身だしなみ・姿勢編)**

氏名(　　　　　　　　　　　　　　　　)

1. 第一印象の重要性について、講座内容をふまえたうえで、ご自身の経験に基づいて理由とともに自由に記述してください。
2. 第一印象を決める三要素について実際に確認しましょう。出勤時の服装に着替え、鏡を見ながら「服装・身だしなみ」「姿勢」「表情」についてそれぞれ確認し、現時点でできている点・できていない点を把握してください(詳細な結果は回答不要)
3. 上記2について、講座内容を参考にできていない点を改善し、きちんとした身だしなみ・姿勢・表情になっているかを再度確認してください。(詳細な結果は回答不要)
4. 講座内「正しい立ち姿」「正しい座り方」「良い表情」について、動画を見ながら実際にやってみましょう。現時点でできている点・できていない点を確認し、できていない点を改善するよう心掛けてください。また、その結果どの程度改善できたか、もしくはできなかったかをあわせて記述してください。