

セルフ学修ポートフォリオ ハンドブック

自律的な「学び」のデザインを
支援する自律管理ツール



上智大学
SOPHIA UNIVERSITY

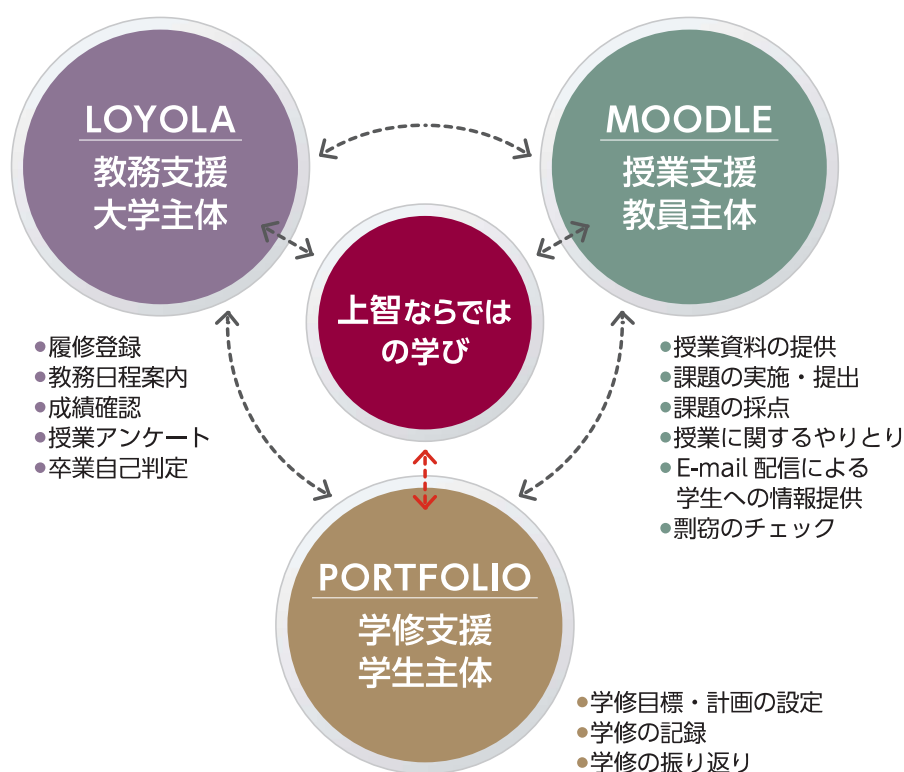
INTRODUCTION

自律的な「学び」のデザインを支援する自律管理ツール 「セルフ学修ポートフォリオ」を知る

「セルフ学修ポートフォリオ」は、学生のみなさんが在学中の学修計画をつくったり、学修の振り返りを記録したりしながら、自らの学びを自律的に管理・確認していくためのシステムです。

このシステムを通じて、生涯学び続けられる能動的な学修姿勢を身につけ、自身のさらなる成長につなげることを目指します。また、システムに記録したことを進学・就職など将来を考える際の振り返りに活用することも想定しています。

●上智大学におけるセルフ学修ポートフォリオの位置づけ

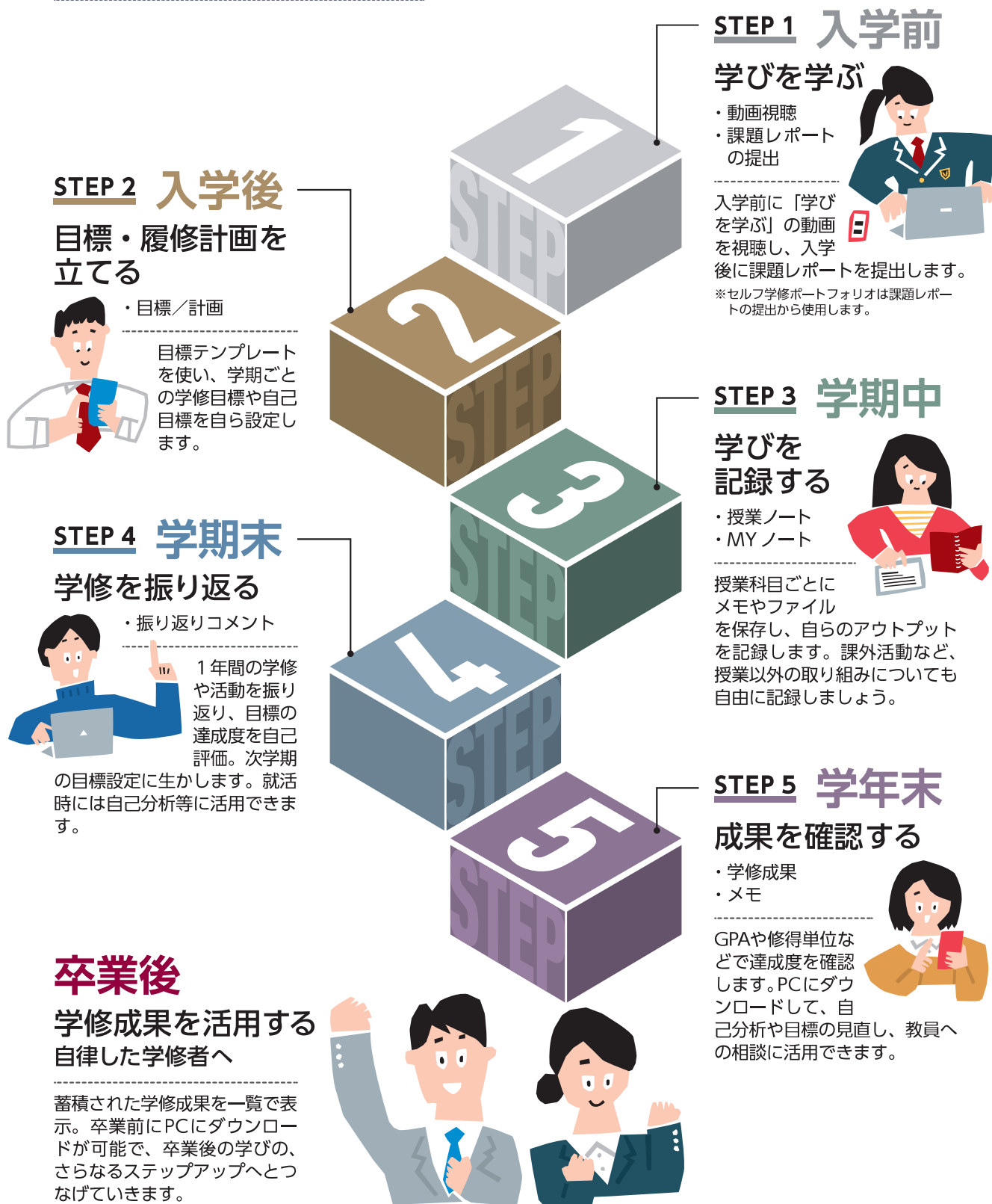


セルフ学修ポートフォリオは、学生自身が「自律した学修者」として学びをデザインしていくためのツールです。教学支援システムの「Loyola (ロヨラ)」、授業支援システムの「Moodle (ムードル)」と連携しながら、上智大学ならではの学びをサポートします。

INTRODUCTION

「セルフ学修ポートフォリオ」を知る

●セルフ学修ポートフォリオの活用方法



INTRODUCTION

「セルフ学修ポートフォリオ」を始める前に

入学後に初めて「セルフ学修ポートフォリオ」にアクセスしたら、「学びを学ぶ」の動画を視聴して、未記入のアンケートに回答しましょう。（※新入生のみ）

セルフ学修ポートフォリオにログインする

上智大学公式サイト「WEB PILOT」からアクセスします。



「校内システム一覧」をクリック。



「セルフ学修ポートフォリオ」をクリック。



ソフィア ICT アカountのログイン ID

ソフィア ICT アカountのパスワードでログイン。

INTRODUCTION

「セルフ学修ポートフォリオ」を始める前に

ポートフォリオにログインすると、パソコン (PC) やスマートフォンなど使っている機器によって適切な表示に自動的に切り替わります。

●PC版の表示

PC版ではメニュー画面とトップ画面が同時に表示されます。



メニュー画面

各アイコンをクリックして、ポートフォリオのページを切り替えることができます。

トップ画面

ポートフォリオ内での自分の状況をまとめて見ることができます。

●スマートフォン版の表示

スマートフォンでは、トップ画面のみが表示されます。



Menuをタップするとメニュー画面が表示されます。

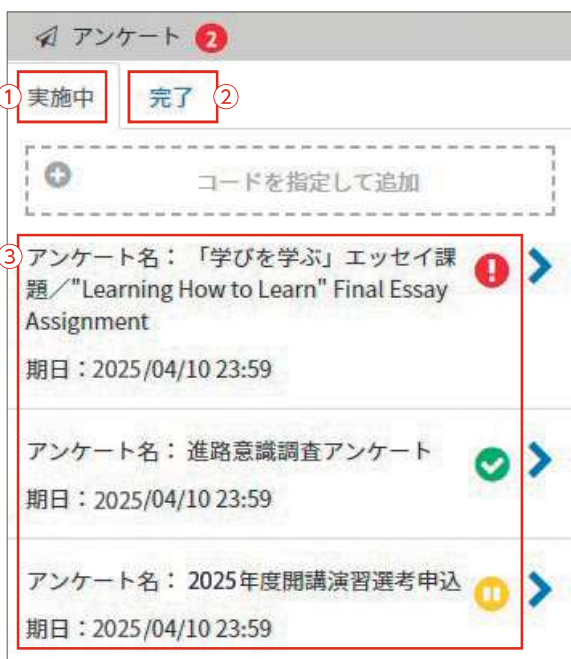
STEP 1 入学前

「学びを学ぶ」の課題レポートを提出する (※新入生のみ)

ログインすると、トップ画面のアンケートアイコンに⚠(未回答)マークが表示されます。大学からの課題アンケートや説明会への申込案内などが届いていますので、期日までに必ず回答してください。



トップ画面もしくはメニュー画面の「アンケート」をクリック。



①実施中

回答受付期間中のアンケートは「実施中」タブに表示されていますので、アンケート名を選択し、回答してください。

②完了

回答状況に関わらず、期日（回答締切）が過ぎたものは「完了」タブに表示されます。

③回答状況

回答状況は以下の3段階で表示されます。回答したものを振り返るには、🟢（回答済）のアンケートを確認してください。

⚠ (未回答)

🟡 (回答中)

🟢 (回答済)

STEP 2 入学後

学修や生活の目標を立てる

学生生活や学修における目標を設定し、大学での自らの学びや活動を記録していきます。

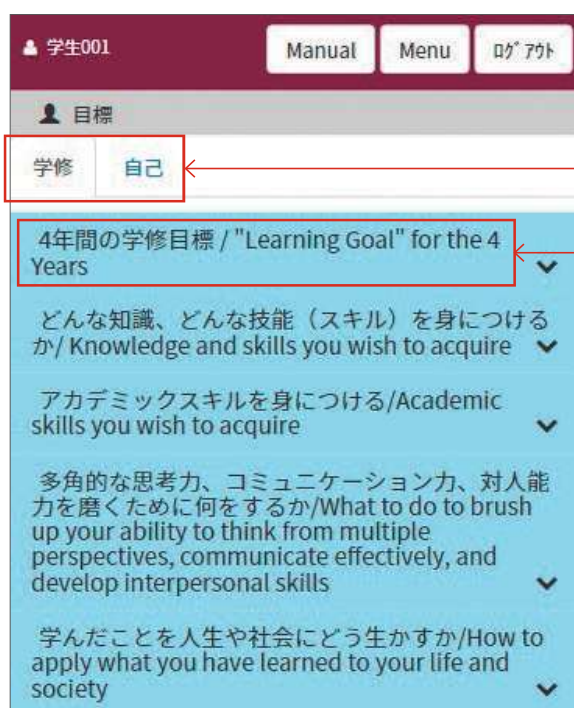
学びの成果を確認しながら、定期的・継続的に振り返りを行い、自らの学び・行動を見直します。

メニュー画面から「目標」をクリック。



1 「学修」タブに入力する

「学修」タブには、あらかじめ5つの目標カテゴリーが設定されています。それぞれ卒業に向けてどのような目標にするかを考えて入力しましょう。



「学修」タブと「自己」タブを切り替えます。

目標を設定するには、まだ目標が設定されていないパネルをクリックして開きます。ここでは「4年間の学修目標」を例に入力方法を説明します。

STEP 2 入学後

学修や生活の目標を立てる

①「新規目標追加」をクリック。



②「自分で入力して新規作成」をクリック。



③目標設定画面が開いたら、目標名を入力して、「ステップの追加」をクリック。



④「目標ステップ設定」画面でステップ名を入力し、期日と間隔を設定。

目標ステップでは、目標を実現するために必要な事柄や進捗の確認など、定期的に記録を行うための項目に入力します。

- 期日：目標ステップを記録する期日を設定
- 間隔：設定した期間内で目標ステップを記録する間隔を指定。日・週・月単位で設定が可能。空欄にした場合は、初期値1と認識されます。

*設定した期間中、指定した間隔でプッシュ通知が発行されます

入力が終わったら、「質問の追加」をクリック。



⑤「目標設定 (ステップアンケート質問)」画面が開いたら、目標ステップで記録のために使う質問を設定します。

タイプ:質問のタイプを「選択」「記述」「数値」「ファイル提出」から選択できます。

入力が終わったら、「登録」をクリック。

STEP 2 入学後

学修や生活の目標を立てる



- ⑥「アンケートが更新されました」と表示されます。
質問をさらに追加する場合には「質問の追加」をクリックし、上記の作業を繰り返します。

必要な質問をすべて用意したら、「登録」をクリック。



- ⑦目標設定(学修)画面に戻ります。
さらにステップを加えたい場合には「ステップの追加」をクリックし、ステップ、質問を追加します。

最後に「登録」をクリック。



「学修目標が更新されました」と表示されれば成功です。

STEP 2 入学後

学修や生活の目標を立てる

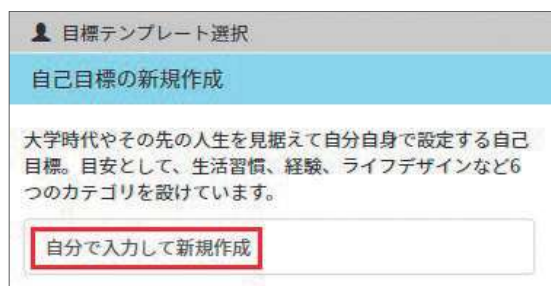
② 「自己」タブに入力する

学修目標だけでなく、大学生活における経験や習慣、資格取得などに関する目標を自由に立てることもできます。新規目標を自分自身で設定するところから始めましょう。

- ① 「新規目標追加」をクリック。
大学時代やその先の人生を見据えて、自分自身で設定する自己目標をここで立てます。



- ② 「自分で入力して新規作成」をクリック。



- ③ 「目標設定（自己）」画面が表示されます。
カテゴリのプルダウンメニューに登録された「生活習慣」「経験」「ライフデザイン」などの6つのテーマから1つを選択します。

- ④ 学修目標と同様の操作で、目標名、期間、ステップ、質問を設定します。



学修目標とは異なり、ここでは優先度を設定することができます。

STEP 3/4 学期中／学期末

学修状況を記録し、振り返る

各学期中に履修科目の学習記録や成績、ボランティア活動、語学の勉強など、学生生活で取り組んだことを登録し、学期末に振り返ります。



メニュー画面から以下の項目にアクセスします。

●課外活動

自身の課外活動状況、ボランティア、アルバイトなどの活動を登録することができます。

●授業ノート

自身の履修科目が表示され、学修記録や成果物を登録することができます。

また、授業ごとの学修記録をPDFで出力することができます。

●MYノート

内容を問わず、自分がやりたいことを書き留めることができます。MYノートとして活用してください。

●留学

留学したときの学修状況や所感などを登録できます。

●学修成果

自身の学期ごとのGPA推移、修得単位数、履修科目一覧、語学スコアが確認できます。

1 「課外活動」を記録する



年度ごとに自分が参加しているサークルやボランティア、アルバイトなどの課外活動の記録を登録することができます。

STEP 3/4 学期中／学期末

学修状況を記録し、振り返る

② 「授業ノート」を確認、入力する

●学修記録

自身の履修登録科目が表示されます。



科目を選んで入力アイコンをクリックすると
14 回分の授業が表示されます。



14 回分の授業の学習記録（自習時間や学んだこと）
を自由に記入することができます（追加も可能です）。

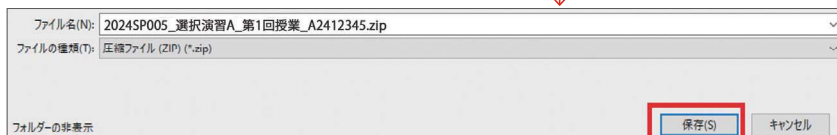


レポートや画像などの成果物
を登録することができます。

入力後に「保存」。

「学んだこと」の欄に
1000 文字入力できます。

自由にタグをつける
ことができます。



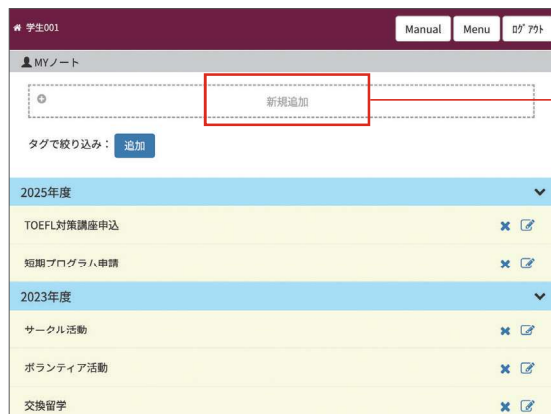
入力した学修記録を PDF で出力することができます。
(クリックすると ZIP ファイルが生成され、その中に PDF ファイルが保存されます)
セルフ学修ポートフォリオを活用した授業での提出物として利用することができます。

STEP 3/4 学期中／学期末

学修状況を記録し、振り返る

3 「MYノート」を記録する

「新規追加」をクリックすると、「MYノート登録・確認」画面が表示されます。



自分のMYノートを入力します。内容を問わず、自分がやりたいこと (To Do)、考えていることなどを自由に登録することができます。



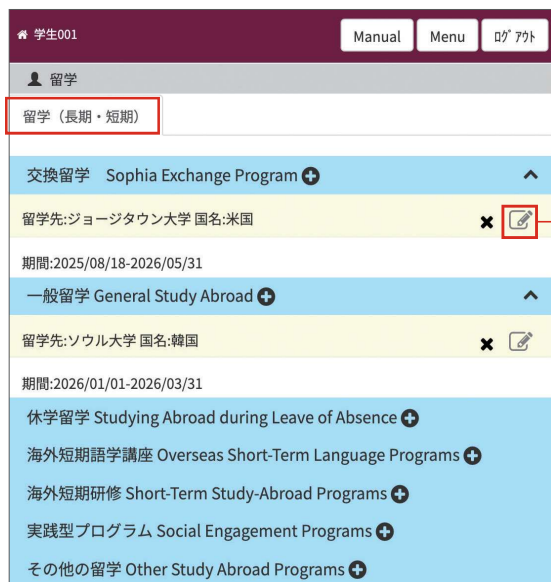
ファイルを追加することも可能です。

データ管理用にタグを設定することもできます。

4 「留学」を記録する

● 「留学 (長期・短期)」タブ

「交換留学」や「一般留学」などのカテゴリ別に留学先を登録します。



留学中に履修した科目や学修記録、成果物などを登録することができます。



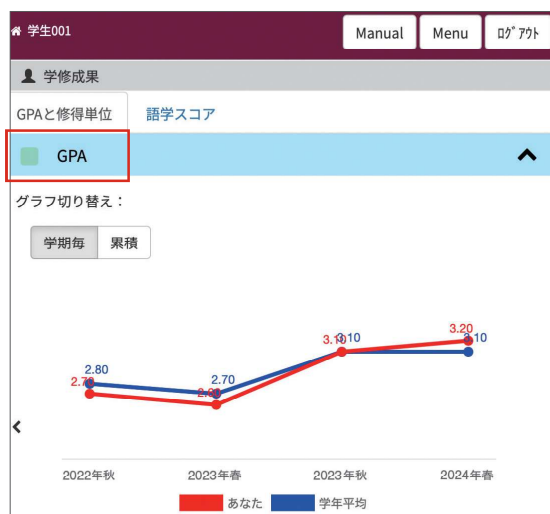
STEP 3/4 学期中／学期末

学修状況を記録し、振り返る

5 「学修成果」を確認する

● GPA

自身の学期ごとのGPA、累積GPAがグラフで表示され、同じ学年の平均値と比較することができます。



●履修科目一覧

自分がこれまでに履修した科目名と単位、成績が学期ごとに表示されます。

科目名	単位	成績
会社法 I	2	D
国際法取引法総論	2	D
手形・小切手法	4	A
西洋法制史	2	B
選択演習A	2	A

科目名の横の アイコンをクリックすると「科目・記録」ページに飛ぶことができます。

●修得単位

自身の学期ごとの修得単位数、累積単位数がグラフで表示され、同じ学年の平均値と比較することができます。



一覧表には学期ごとの修得科目数、修得単位数、総合GPAが表示されます。

STEP 5 学年末

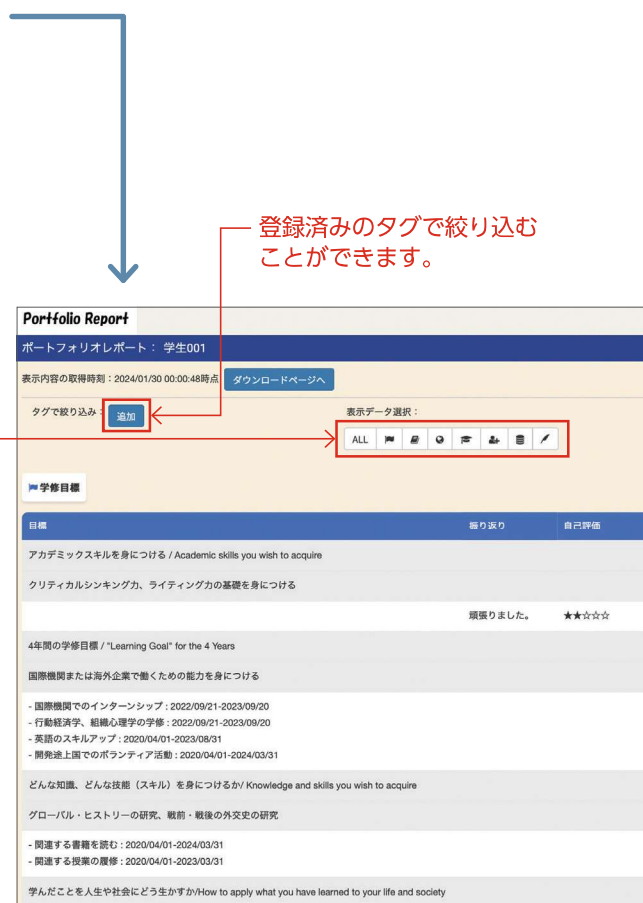
1年間の学修成果を確認する

各学年末にはこれまでの学修成果や、目標の達成度合い、活動の記録などを確認し、次の学年の目標設定に生かしましょう。卒業後には学修成果の一覧を保存し、学修ポートフォリオとして活用することができます。

① 「データ出力」からデータ一覧を表示する



3・4年生になったとき、また卒業時に、蓄積された大学時代の歩みを「学修ポートフォリオ」として一覧表示し、ダウンロードすることができます。



表示するデータを指定することができます。

- ALL すべてのデータ
- 学修目標・自己目標
- 学修記録
- 語学スコアと留学の記録
- GPA・修得単位
- 課外活動
- スタンプカード
- MYノート

STEP 5 学年末

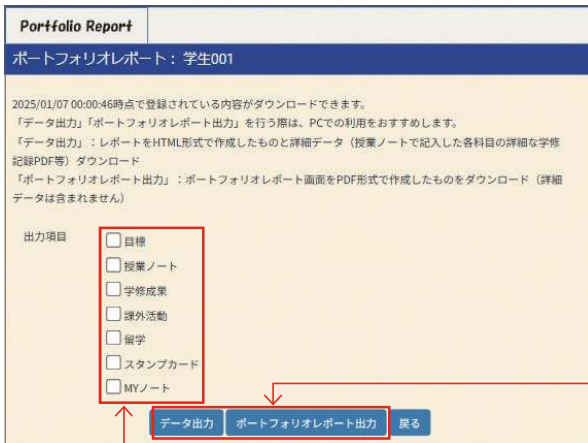
1年間の学修成果を確認する

② データをダウンロードする



「ダウンロードページへ」をクリックすると、「ALL」ボタンで表示されたデータをダウンロードすることができます。

* PCでの利用を推奨



●データ出力：
レポートをHTML形式で作成したものと、詳細データ（授業ノートで記入した各科目の詳細な学修記録PDF等）をダウンロードします。

●ポートフォリオレポート出力：
ポートフォリオレポート画面をPDF形式で作成したものをダウンロードします（詳細データは含まれません）。

「データ出力」または「ポートフォリオレポート出力」を選択。

出力したい項目を選ぶことができます。

●PDF出力の例



■推奨環境 (OSとブラウザ)

「セルフ学修ポートフォリオ」では以下の利用環境を推奨しています。(2025年4月時点)

WindowsOS

	10※1	11
Microsoft Edge	○	○
Chrome	○	○
Firefox	○	○

※1: 2025年4月時点ではバージョン22H2のみ対応となります。22H2は、2025年10月14日にサービスが終了します。

MacOS

	12	13	14	15
Safari (OS標準搭載)	○	○	○	○

※他のブラウザでもご利用いただけるように考慮しておりますが、動作確認済みの環境としては上記のリストを参照ください。

モバイル

	iOS 15～18	Android 12～15
Safari	○	○
Chrome	○	○

■言語設定

「Menu」の言語設定で日本語表示と英語表示を切り替えることができます。



セルフ学修ポートフォリオ利用時の注意事項

- ・掲載している機能やデータ連携は2025年3月現在のものです。
- ・機能やデータ連携を予告なく追加・停止する可能性があります。
- ・学修状況のスコアタブにあるGPAや履修・修得単位数については、Loyolaとの連携が反映されない時期があります。そのため、正式な履修および成績情報はLoyolaで確認してください。
- ・卒業に必要な単位数や科目等については、履修要覧【学部科目編】等を参考に各自で確認してください。
- ・ポートフォリオの運用管理のため、権限が与えられた職員が厳格な管理の下、メニューの各機能の情報を参照することがあります（学生が入力した情報を教員が直接閲覧することはありません）。

セルフ学修ポートフォリオ ハンドブック

自律的な「学び」のデザインを
支援する自律管理ツール

2025年4月発行
上智大学学事センター
〒102-8554 東京都千代田区紀尾井町 7-1
<https://www.sophia.ac.jp/>

操作方法などに関する相談・お問い合わせ

学事センター窓口 [2号館 1F]
月曜～金曜 10:00～11:30 / 12:30～15:30
※電話・メールでの相談は行っていません。
※ご相談の際は学生証を持参してください。