

◆◆ 準備編 ◆◆

働くということ……………	2	[STEP2]	職業を知る～雇用形態……………	19
就職活動の流れ……………	4	[STEP2]	職業を知る～団体・企業研究……………	20
[STEP1]		[STEP3]	筆記試験と対策……………	22
まずは自分の判断基準を知ろう		[STEP3]	Webテスト対策をしよう！……………	24
～自己分析……………	6	[STEP3]	Sドリル千葉 SPI対策コースで	
[STEP1]		[STEP3]	就職筆記試験対策をしよう！……………	26
自己分析シート①過去の自分……………	8	[STEP4]	情報収集の方法……………	28
[STEP1]				
自己分析シート				
②現在・未来の自分……………	12			
[STEP2]				
職業を知る～業界とは……………	16			
[STEP2]				
職業を知る～職種とは……………	18			

◆◆ 福祉・医療分野 ◆◆

福祉分野への進み方……………	30	募集・職種・試験について……………	34
----------------	----	-------------------	----

◆◆ 公務員・教職 ◆◆

公務員・教職への進み方……………	36	公務員試験対策の1歩目は	
教員採用試験……………	38	Sドリルで始めよう！……………	40
		公務員採用試験の流れ……………	42

◆◆ 幼稚園・保育園 ◆◆

幼稚園・保育所・認定こども園への進み方……………	44
--------------------------	----

◆◆ 一般企業 ◆◆

一般企業への進み方……………	46	会社説明会の参加方法……………	48
----------------	----	-----------------	----

◆◆ 看護師・管理栄養士 ◆◆

看護師・管理栄養士等への進み方……………	50
----------------------	----

◆◆ 応募書類 ◆◆

履歴書の書き方……………	52	志望動機……………	56
エントリーシートの書き方……………	54		

◆◆ 面接 ◆◆

面接対策……………	58	Web説明会のポイント……………	62
面接試験……………	60	Web面接対策……………	63

◆◆ 所作・マナー ◆◆

服装・身だしなみ・持ち物……………	64	メールの書き方……………	70
言葉遣い……………	66	内定（内々定）をもらったら……………	74
電話のかけ方……………	67	内定辞退……………	76
ビジネス文書の書き方……………	68		

◆◆ その他の情報 ◆◆

Uターン就職を目指す……………	78	障がいのある方へ……………	79
-----------------	----	---------------	----

◆◆ キャリア支援室の活用法 ◆◆

キャリア支援室の活用法……………	80	学生職業センターの案内……………	84
求人票（求人検索NAVI）の活用……………	82		

まずはここから! 就活のお悩み一発解決

本編の前に…

学生の皆さんからよくいただく質問をまとめました。何から準備を始めたらいいかわからない方は、まずはこのページから確認しましょう。

●インターンシップ

◆インターンシップに本選考に影響しますか

参加の有無により合否が決まることはありません。しかし、参加することにより業界・企業・仕事理解が深まり、結果的に本選考が通過しやすくなる傾向があります。インターンシップ参加後、参加者限定の社員座談会や説明会や早期選考の案内等が届く場合もあり、情報収集しやすくなる点もインターンシップ参加のメリットです。

◆インターンシップは何社参加したら良いですか

大学生の平均参加社数は5.0社というデータがありますが、数にこだわらず、興味がある業界・企業のインターンシップには積極的に参加して視野を広げましょう。
(出典「マイナビ 2023年卒大学生 広報活動開始前の活動調査」)

●筆記試験・適性検査

◆筆記試験の勉強は何をすれば良いですか

筆記試験は企業により異なります。多くの企業が実施している筆記試験の代表格「SPI3」対策から始めておくとよいでしょう。また、応募先企業・業界が絞られたら、過去に実施された試験方式を参考に問

題集を解いてみましょう。「求人検索ナビ」の「就職活動体験記」にも、先輩たちが筆記試験・適性検査の内容を記載してくれていることがあります。

[チェック!](#) P22 ~ 25「[筆記試験と対策](#)」[WEBテキスト対策](#)をしよう

●自己分析

◆自己分析は何をすれば良いですか

まず「自己分析シート」を書いてみましょう。学内の「自己分析講座」に参加したり、キャリア支援室での個別相談を受けたりしながら、自己理解を深めましょう。

[書き込んで使える!](#) P8 ~ 15「[自己分析シート](#)」

◆「強み」が見つかりませんか

自分では気づいていないだけで、必ず見つかります。自己分析シートを記入したり、家族や友人にきいてみてください。

[書き込んで使える!](#) P8 ~ 15「[自己分析シート](#)」

●業界・企業・仕事研究

◆企業研究は何をすれば良いですか

本ブックの「職業を知る」をチェック。学内の「業界発見セミナー」にも参加してみましょう。キャリア支援室では、「業界地図」ほか各業界研究に活用できる貸し出し図書もご用意しています。

[チェック!](#) P16 ~ 21「[職業を知る](#)」

◆志望業界（または応募先企業）はいつまでに絞ったら良いですか

はじめから無理に絞る必要はありません。インターンシップ参加や企業研究をしていくなかで、自分の「就活軸」を明確にしていくと、自然と絞られていきます。

◆大学にはどんな求人が届いていますか

大学に届いている求人票はすべて「求人検索ナビ」で見ることができます。希望条件で絞り込み、検索してみてください。一般企業・福祉施設・病院など、幅広い求人が届いています。特に、福祉関係の求人情報が充実しているのも特長のひとつです。

●応募書類

◆履歴書はどこでももらえますか

送付用の白封筒とあわせて、キャリア支援室で無料配布しています。

◆履歴書の書き方を教えてください

P52を参考に書いてみましょう。書いたら、キャリア支援室で添削を受けましょう。キャリアコンサルタントが採用者目線でチェック&アドバイスします。

[チェック!](#) P52 ~ 53「[履歴書の書き方](#)」

◆就職活動で使う証明写真はどこで用意すれば良いですか

証明写真ボックスではなく、写真館で撮影しましょう。面接時と同様、リクルートスーツを着用し、身だしなみを整えて撮影を。

◆「資格・免許」欄に書くことがありません。

卒業と同時に取得できるも資格・免許も書けます。「履歴の手引き」の「免許・資格について」を一度確認してみましょう。

◆「学生時代に力を入れたこと」に書くことがありません。

学業（勉強、ゼミ、卒業研究、実習）の他、部活、サークル、ボランティア、アルバイト経験などから探します。具体的にどのように取り組み、どのような成長・学びにつながったかまとめてみましょう。

[書き込んで使える!](#) P8 ~ 15「[自己分析シート](#)」

◆成績証明書・卒業証明書・健康診断証明書はどこで発行してもらえますか

いずれも15号館1階・地下1階の証明書自動発行機で発行が可能です。

(「健康診断証明書」発行条件: ①今年度、健康診断の全項目を受け、健診結果に異常が認められなかった。②「再検査」「要医療」「要精密検査」について、報告・相談が終了している。)

●面接

◆面接対策は何をしたら良いですか

面接は、業界・企業・仕事研究×自己分析の集大成。まずは履歴書・エントリーシートに書いた内容について、掘り下げて話せる準備をしておきましょう。キャリアカウンセラーが面接官役となり、入退室も含めた練習ができる「模擬面接」もぜひ活用ください。

[チェック!](#) P58 ~ 61「[面接対策](#)」「[面接試験](#)」

◆「私服でお越しください」は本当に私服で良いのでしょうか

「私服で」と言われているときは私服で問題ありません。ただし、応募先企業・選考内容・場にふさわしい服装を考えて選びをしましょう。

●内定

◆内定をいただきましたが、まだ就活を続けたい

内定をいただいた後も活動を続けて問題はありません。ただし、内定先の企業へは、就活終了の目途をお伝えし、辞退の際にはお礼とお詫びを必ず、速やかに、入れるようにしましょう。

◆内定辞退の方法を教えてください

伝え方に不安がある場合は、キャリア支援室にご相談ください。

[チェック!](#) P76 ~ 77「[内定辞退](#)」

●キャリア支援室

◆求人検索ナビのパスワードを忘れてしまいました。

ログイン画面の下にある「パスワードをお忘れですか?」をクリックして、必要事項を入力してください。登録情報と一致した場合、入力したメール宛てにパスワードが送信されます。それでもわからないときは、キャリア支援室までお越しください。

◆予約がなくても相談できますか

キャリアカウンセラーによる個別相談は、空きがあれば予約なしでも相談可能です。

[チェック!](#) P80 ~ 81「[キャリア支援室の活用法](#)」

◆キャリア支援室に行くだけで緊張するのですが・

「何をきいたらいいかわからない」「今まで何もしてこなかったけど、これからどうしよう」など、今のあなたの状況を話す場所、話ながら考えを整理する場所、次に何をするのか確認する場、くらいに考えてもらえればうれしいです。進路を決めつけたりすることは一切ありません。どうぞ、お気軽にお越しください。

働くということ

●採用環境

2024年卒予定の大卒求人倍率は1.71倍（リクルートワークス研究所調べ）と、2023年卒の1.58倍より0.13ポイント上昇し、コロナ禍前水準に戻る結果となりました。前年（2023年卒）は採用拡大に慎重であった従業員300人未満の中小企業で、今年は採用意欲が回復。また、建設業、流通業で求人倍率が大きく上昇しました。

また、就職活動スケジュールの指針は、2021年11月29日の政府による就職・採用活動日程に関する関係省庁連絡会議で、**従来通り「3月情報解禁（採用情報を公開、エントリー受付開始）」「6月選考開始」のルールが適用**されることとなりましたが、前倒しの選考を始める企業も多くなります。

キャリア支援室では、キャリアガイダンスで最新の採用動向その他、皆さんが知っておくべき情報をお伝えしています。そうした機会も活用しながら、情報を収集し、インターンシップ参加等による企業との接触、自己分析・業界研究、企業研究等の準備を早めに行っていくことが大切です。

●新卒での就活は1回だけ

志望者が増えることで大企業への就職がより一層狭き門になる一方、知名度の低い企業や中小企業は人材確保に苦慮しています。「就活の成功」は大手企業から内定を獲得したかだけではありません。社会的知名度や企業規模ではなく自分にとっての「優良企業」を発見し内定を得ることこそ、「就活の成功」といえるでしょう。

内定を獲得できず、もしくは不満足内定を辞退して卒業し、フリーターをしながら第二新卒での採用を目指す人数も増加しています。厚生労働省が既卒3年以内は“新卒扱い”として採用するようにと「青少年雇用機会確保指針」を改正しましたが、現実的にはやはり新卒に比べ、不利なのはいなめません。いったんフリーターになってしまうと、そこから抜け出すことが難しく、期間が長ければ長いほど将来のキャリアにはマイナスにしかなりません。やはり新卒での就職を目指すことが重要なのです。



就職活動のポイント

① 新卒採用の狙いはコア人材

新卒採用の目的は、企業・団体の将来を担う「コア人材」の獲得です。「コア人材」として評価してもらうためには、有益な人材であることをアピールしなければなりません。かつては、協調性があり、明るい学生が好まれましたが、現在はそれに加え、主体性があること、コミュニケーション能力が高いこと、チャレンジ精神旺盛、など、いわゆる「社会人基礎力」がより求められています。さらに、社会人としてのビジネスマナーを身に付けていることはもちろん、スキル面では、基本的なパソコン能力、英語などの語学力なども評価されているケースが増えています。

② さらに重視される「人間力」

一方、学生の適性や人間性など、総合的な人間力をじっくり見極めるために、個人面接をさらに重視していこうという動きが各企業・団体で見られます。特に企業が重視する資質は「コミュニケーション能力」。ここでのコミュニケーションとは、誰とでも仲良くなれるということではなく、面接官が何を問い、何を求めているかを理解するということです。質問の意味をよく理解して、的確に答えるようにしましょう。

③ 業界大手の有名企業ばかり追わない

みなさんが名前を知っているような大企業は、日本企業の0.3%程度にすぎません。規模は小さくても優良な企業はたくさんあります。知名度のある業界大手の有名企業に絞って就職活動を行った結果、内定を取れなかった、ということもあります。有名企業の場合、多くの学生が志望するため、採用試験の競争率は非常に高く内定を得るのは困難だからです。知名度や人気ランキングにとらわれず、幅広く企業研究を行い、本当に自分に合った企業を探すことが大切です。ただ、どうしても大手、著名企業にチャレンジしたいという方は、キャリア支援室にご相談ください。

企業規模による求人倍率の違い

従業員数300人未満の企業

学生1人に対する求人倍率 **6.19倍**

従業員数300～1,000人未満の企業

学生1人に対する求人倍率 **1.14倍**

従業員数1,000～5,000人未満の企業

学生1人に対する求人倍率 **1.14倍**

従業員数5,000人以上の企業

学生1人に対する求人倍率 **0.41倍**

☆学生1人に対し従業員数300人未満の企業の場合、6.19社の求人があり、従業員数5,000人以上の企業は0.41社しかないことになります。

データ出典：リクルートワークス研究所 [2024年大卒求人倍率調査]

就職活動の流れ

●就職活動スケジュール

3年生の3月に会社説明会、6月選考開始をスケジュールの目安としながら、選考が本格的に始まるまでに、行きたい業界・企業の選考スケジュールを確認しておくといでしょう。

	3年生											
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月			
経団連の就活スケジュール												
自己分析	自己分析 (P6 ~ 15)											
仕事研究	業界、職種、雇用形態、団体・企業研究 (P16 ~ 21)											
インターンシップ	夏インターン						秋・冬インターン					
エントリー	エントリーシート作成											
会社説明会	会社説明会 (P48 ~ 49)											
筆記試験	筆記試験、Webテスト対策											
面接	模擬面接											
内々定	内々定 (P74 ~ 77)											
就職支援行事	キャリアガイダンス	インターンシップガイダンス	学内合同企業説明会 インターンシップ対策講座	学内合同企業説明会 社会人マナー講座	インターンシップ対策講座	留学生キャリアガイダンス インターンシップ対策講座	キャリアガイダンス 就職筆記試験対策講座	自己分析ワーク 業界研究/企業研究ワーク	グループディスカッション対策講座	障がい学生キャリアガイダンス 社会人マナー講座	内定者報告会 (公務員) 業界発見セミナー	学内企業説明会 社会人マナー講座
◎参加必須 ○任意参加	◎○	○	○	○	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

	4年生												
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
経団連の就活スケジュール			●3/1就活解禁日			●6/1選考解禁日						●10/1内定解禁日	
自己分析													
仕事研究													
インターンシップ													
エントリー	エントリー(P46~47,P52~57) ※前倒して実施されることがあるため、事前に選考日程を確認すること												
会社説明会	会社説明会 (P48 ~ 49)												
筆記試験	筆記試験 (P22 ~ 25)												
面接	面接 (P59 ~ 63)												
内々定	内々定 (P74 ~ 77)												
就職支援行事	就職出陣式	面接シミュレーション 就活本番直前！短期集中講座	学内企業説明会 社会人マナー講座			学内合同企業説明会	求人紹介会					障がい学生キャリアガイダンス	求人紹介会
◎参加必須 ○任意参加	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

※予告なく変更になる場合があります

●就職活動で事前によくしておくべき大切なこと やることリスト

準備項目	チェック欄	準備すること
就活品		スーツ・靴・バッグ・コート※ (男子) ワイシャツ・ネクタイ・靴下※ (女子) ブラウス・コスメ・ストッキング※ 腕時計※ スケジュール管理用の手帳やアプリ
		就活用ノート 筆記試験対策本 (オススメはキャリア支援室で確認)
WEB環境		PC、カメラ・マイク (内蔵の場合は不要)、Wi-Fi 就活情報サイト (マイナビ・リクナビ・キャリアス就活等) に登録、ログイン (ID・パスワード忘れに注意)
		大学の求人検索 NAVI を利用する (福祉関係の求人情報は特に充実) オンライン環境や動画撮影に慣れる (友だちやキャリア支援室職員と繋がってある)
筆記試験対策		新聞 (WEB版でも可) やニュースを閲覧 (キャリア支援室で日経新聞、日経産業新聞は閲覧可能)

準備項目	チェック欄	準備すること
筆記試験対策		筆記試験の種類を確認する (玉手箱やSPI等、筆記試験の種類は複数ある) 参考書や問題集などを使って勉強する (繰り返し問題を解いて、回答スピードを上げる)
自己分析		これまでの経験の棚卸 (書き出し) 自分の長所・短所を挙げる (親や友達に自身の長所・短所をインタビュー) 学生時代に頑張ったことを振り返る (アルバイトやサークル活動、実習など)
		大学でのゼミ活動・研究内容をまとめる 挫折経験と、それをどう乗り越えたかをまとめる 所有資格・取得見込み資格をまとめる ES に使えそうな自分に関するネタをまとめる 適職診断を受ける 自分が興味を持ったもの、やりたいことをリストアップ
業界研究		興味のある業界をリストアップ 業界に関する書籍・雑誌・web記事を読む 業界の動向や現状・課題を調べる

準備項目	チェック欄	準備すること
業界研究		業界の課題の解決策を考えてみる 自分がその業界・職種を志望する理由を探す
企業研究		具体的な企業名をリストアップ 企業の概要を調べる (企業の関係出版物・新聞記事などをチェック) その弱みの解決策を考える 興味がある企業のインターンシップに参加する
		企業の強みと弱みを調べる 企業の将来性を考える 同業他社との違いを調べる どの職種に就きたいか考える その企業での5年後、10年後の自分のビジョンを考える
エントリー		エントリーに必要なもの (書類など) や提出期限、流れを確認 興味のある企業にエントリー (手持ちの会社を維持できるような継続して行う) エントリー企業に優先順位をつける
セミナー説明会		セミナー・説明会の予約 説明会で何を知らたいか、質問したいかまとめる 実施場所や参加時の持ち物の確認

準備項目	チェック欄	準備すること
セミナー説明会		合同会社説明会や企業別説明会に参加 説明会で出てきたキーワードをまとめる 出会った他大学の就活生との意見交換
履歴書・ES		志望動機・自己PRのひな型をつくる 添削をしてもらい、修正を繰り返す 提出する履歴書・ESのコピーをとっておく
面接		大人 (社会人) との会話に慣れておく 提出した履歴書・ESの内容を振り返る 想定される質問項目をピックアップし、回答を整理する 最近のニュースを詳しくチェック 模擬面接で練習 グループディスカッションでの振る舞いを考える
		友達との意見交換 緊急時の連絡先確認 面接会場までの道のり確認 逆質問の内容を考える

※内定を得た方、進路が決まった方は、キャリア支援室までお知らせください。

[STEP1] まずは自分の判断基準を知ろう～自己分析

就活の長い道のりの中、いきなり選考過程に挑むのは無謀です。

みなさんはまず、この「準備編」の[STEP1]～[STEP4]の段取りを踏み、万全な対策を施したうえで就活に挑む必要があります。

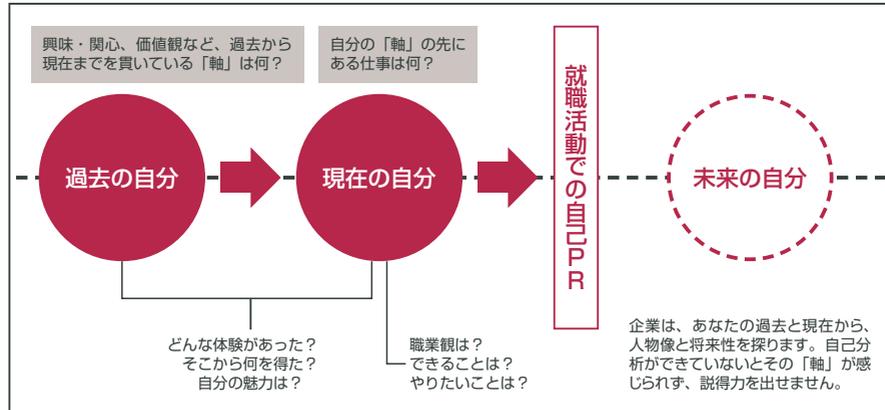
先輩たちが感じた最初の壁はこの「自己分析」。後で焦らないように、早期から取り組むことが大切です。また、ここから始めることで、不要な情報からぶれない「軸」のある就職活動ができるようになります。

●何のために自己分析するのでしょうか

- 自分自身を正しく深く理解することで、企業・団体にきちんと自己PRをできるようにするためです。
- 自分に合った就職活動を行い、納得感のある社会人生活を送るためです。

●自己分析の概要

- 過去の経歴を振り返り、自分の強みや魅力を再認識します。
- 過去、現在、未来を貫く「軸」を知り、就職活動に役立てます。



これまでの自分を振り返り、その性格、長所・短所、体験から得たこと、考えたことなどを「たなおろし」しましょう。ふだん気にしていなかった自分の魅力や強みが見えてきます。また、興味・関心、価値観、判断基準など、過去から現在までを貫いている「軸」を見つけましょう。自分の強みを活かすため、その「軸」の先に、やりたいこと、できることが見つけやすくなります。

Column もう少し詳しく解説!

「自己分析」とは、ふだん意識せずにいる自分自身の性格や行動を深く見詰め、認識し、新たな行動の手がかりとすることで、就職活動において最も重要なものです。業界・業種を絞っていく上でも、自分のやりたいこと・性格・適性が選択の基準となりますから、「どれだけ自分を深く知ることができるか」で、より自分の希望や将来像に合った進路先を選ぶことができます。また、「論拠のある自信」は、自己PRをする上でも、志望動機を伝える上でも大きな力となります。

●自分自身による自己評価のステップ

- ◆過去の自分を振り返る
 - ① 小・中・高・大学時代の自分の経験を思いっただけ書き出してみましょう。
 - ② 各年代に経験（感動、熱中、興味など）したことに対して、「なぜそれに打ち込んだのか。きっかけは何か」「その体験から得られた考え方、長所となったものは何か」を書き出してみましょう。
- ◆現在の自分を見つめる
 - ① 現在の自分の性格や行動パターンを考え、書き出してみましょう。
 - ② 自分が身につけた強み、スキルを書き出してみましょう。
 - ③ 自分の特性・キャラクターを見つけましょう。
- ◆未来の自分を考える
 - ① キャリアプランを立てましょう。
 - ② 5年後、10年後にどんな自分でいたい、どうなりたいか、将来像をイメージしましょう。

自分の価値観や人格、強み、魅力が見えてくる。その過程がわかると現在につながる「軸」が見え、働く上で、目的意識が明確となる。

●他人からの評価に基づく自己分析のステップ

- ◆友達や知り合いに、自己分析シート（P8参照）への記入を依頼する。
 - ① 正直に書いてもらう（性格、長所・短所、魅力、対人関係など）。
 - ② 自己分析シート（P8参照）をもとに、自己評価と照らし合わせて客観的にまとめる。

気づかなかった自分、意外な自分を発見でき、思い込みから解放される！

●自己分析を行う際のポイント

- ◆エピソードの大小にこだわらず、できるだけ多くの体験を書き出す。
印象に残った事柄にこそ、自分らしさが隠れています。
- ◆自分の可能性を限定しない。
「これしかできない」「これしかやりたくない」など固執せず、可能性を広げましょう。
- ◆友達や知り合いの話をたくさん聞く。
自己分析を進めながら、自信を無くしてしまうこともあるでしょう。しかし他人からは自分と違った評価が必ずあります。さまざまな意見交換をし、「他人に納得してもらえる自分」を浮き彫りにしましょう。
- ◆就職適性検査も利用しよう。
就職適性検査は、客観的に自分を知る目安のひとつとなります。就職講座の中でも就職適性検査を実施するので、その結果も参考資料にしてください。

【適性検査を無料で受けてみよう】

- 適職診断VCAP「適職診断テスト 職業適性検査」
<http://vcap.vone.co.jp/>
- リクナビNEXT「3分間！適職診断」
http://next.rikunabi.com/01/tenshokushindan/tenshokushindan_01.html
- 自己診断@千正.com「YG性格検査（矢田部ギルフォード性格検査）」
<http://ex.senmasa.com/ygtest/>
- 性格診断ナビゲーション「16類型性格診断」
<http://www.seikakushindan.info/>
- jobtag
<https://shigoto.mhlw.go.jp/>

[STEP1]

自己分析シート①過去の自分

次の自己分析シートを使って、具体的に書き出してみましょう。自己分析は時間のかかる作業です。時間をかけてじっくり取り組み、周囲の人が納得できる表現かどうかも確認しましょう。周囲の意見や就職活動での手ごたえを踏まえ、何度も書き直し練り上げていきましょう。

●自己分析シート①「過去の自分」

過去の様々な分野のエピソードから、自分を探ってみましょう。ポイントは「何をしたか」「なぜしたか」「そこから何を感じ、学んだか」の3点です。

	①印象に残る出来事	②頑張った・活躍したこと、工夫・心がけたこと	③具体的にどのように行動したのか	④大変だった、失敗した挫折したこと	⑤具体的にどのように改善・克服しようと行動したのか	⑥体験から学んだこと・得たこと
小学時代	・クラス選ばれて、生徒会の書記を務めた。	・誰が見ても読みやすい議事録作りを心がけた。	・会議中の全ての発言をメモに残し、自宅でもまとめ直してからきれいな字で清書をする。	・書くことに精一杯で、議論に入れなかった。 ・聞きながら要点をうまくまとめられなかった。	・聞きながらメモを取り、要点をまとめる練習をする。 ・普段からきれいな字で書くように心がける。	・常に「どうすればうまくできるか」を考え、行動してみることが大切だと思った。
中学時代	・テニスの地区大会でベスト4に入った。	・中2でテニス部のキャプテンを務めた。 ・部員全員のレベルを上げることを目標に掲げた。	・毎日1時間の朝練習を行うなど、年間300日以上練習をした。 ・メンバーの良いところは積極的に褒め、モチベーションを上げることを意識した。	・練習量が増えたことで、ヤル気のある部員、ない部員のレベルに差が出始めた。 ・部員全体のモチベーションの維持	・部員全体をよく観察。積極的に良い点を褒め、個々のヤル気を引き出し、チームとしてのモチベーションアップを目指した。	・リーダーの責任を痛感。まずは自ら動くことが大事だと思った。
高校時代	・文化祭での活躍	・高2・高3の文化祭実行委員活動 ・限られた時間内に段取りよく進められるよう、取り組み方を工夫	・委員会のやるべきことをリストアップし、優先順位をつけた。 ・担当制を提案し、役割を明確にした。	・担当制にしたことで、他のメンバーの作業がどこまで進められているのかわからなかった。	・週に一度、各役割から代表者を出し、近況報告会を開いた。 ・各チームの進捗状況を見える化した。	・一つ一つの仕事を確実にこなすことで、物事はスムーズに進む。 ・チーム全員で取り組むことの面白さを学んだ。
大学時代	・意外性を感じたゼミ旅行 ・接客を学んだ居酒屋でのアルバイト	・教授やゼミへの思いのシェア（自分は教授の研究者としての情熱に感動し、このゼミを選んだ。他のメンバーの選んだ理由を聞きたかった。自分の思いを理解して欲しかった。） ・2年目から任された、ホールリーダーの仕事 ・お店を盛り上げるため、活性化案を提案	・旅行の開放感から、普段接点のない人も積極的に関わってみた。 ・自分もゼミ選別に苦労したので、なぜこのゼミを選んだかと全員に聞いてみた。 ・常連客の顔と名前、よく頼むメニューを覚え、接客に活かした。	・自分と同じ思いのメンバーもいれば「なんとなく選んだ」という人も。ショックだった。 ・メンバー間の温度差がはっきりした。 ・ホールリーダーとして、シフトの作成や人員配置を考えること。	・人数の多いゼミなので、仕方がないと割り切った。 ・同じ思いを持つメンバーと知り合えたことが、今回のゼミ旅行の収穫だったと、前向きに捉えるようにした。 ・一人一人のメンバーと積極的に関わるようにし、良さを見つけ、その子に合う担当を割り振る。	・自分から心を開くと、互いを尊重し合えるような人間関係が生まれる。 ・目的意識はそれぞれ異なるが、良い、悪いではない。互いを認め合うことが大切だと学んだ。 ・頼まれた仕事をこなすだけでなく、主体的に行動・工夫をすると成果を出すことができる。 ・リーダーシップを取ることの難しさと面白さ。

どんな自分が見えてきた？

キーワードと実際のエピソードを書き出してみましょう。
形式は自由！
いろんな出来事やそこから学んだことに共通の何か（＝軸）を発見しましょう。

- ・コツコツと目標に向けて努力できる。
- ・一見大変なことでも、工夫して楽しむことができる。
- ・率先して行動する。

[STEP1]

自己分析シート①過去の自分

●「自己分析シート①過去の自分」を自分で記入してみましょう。

	①印象に残る出来事	②頑張った・活躍したこと、工夫・心がけたこと	③具体的にどのように行動したのか	④大変だった、失敗した挫折したこと	⑤具体的にどのように改善・克服しようと行動したのか	⑥体験から学んだこと・得たこと
小学時代						
中学時代						
高校時代						
大学時代						

どんな自分が見えてきた？

キーワードと実際のエピソードを書き出してみましょう。

形式は自由！

いろんな出来事やそこから学んだことに共通の何か（=軸）を発見しましょう。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

[STEP1]

自己分析シート② 現在・未来の自分

●現在・未来の自分を考える

具体的なエピソードや理由とセットで考えましょう。ひとつの設定に複数の記述があってもOK。コピーをとって、実際に記入してみましょう。サンプル文章にとられる必要はありません。

現在の自分を見つめる	長所は？それを説明できる具体的なエピソードは？	粘り強く工夫を重ねるところ アルバイトや部活でのさまざまな改善の取り組み
	短所は？具体的なエピソードは？	第一印象にとられがちのところ 人と仲良くなるまでに時間がかかってしまうことがあった
	いま興味を持って取り組んでいることは…	いろんな人に会うこと 話を聞くといろいろな発見があるため
	これだけは人に負けないと言えることは…	あきらめないこと ダメでも何度でも挑戦するタフさ
	物事に取り組む姿勢をひとことで表すと…	改善 集中
	集団の中での役割、ポジションは…	2番手くらいのポジションで、リーダーを支えつつ、みんなをまとめる 物事を俯瞰して捉えられるので、リーダーのアシスト役が向いている
	どんな専門分野に興味を持って勉強してるか…	社会心理学 どんな資質がある人が伸びるのかを研究している
感動・転機・継続・解決、それぞれのキーワードで思い出すことは…	感動：部活での入賞経験。努力が報われたこと 転機：アルバイト先で自主的に工夫し始めたこと 継続：部活もアルバイトも続けると必ず進歩する 解決：まず相手の話をじっくり聴くこと	

未来の自分を考える	5年後・10年後の自分はどんなになりたいか…	5年後：仕事で一人前に認められたい 10年後：部下に頼られる上司
	やりたい仕事、やりたくない仕事は…	やりたい仕事：人に喜ばれる仕事。人とたくさん会う仕事 やりたくない仕事：デスクワークばかりの仕事
	働く上での優先順位は…	<input type="checkbox"/> 1 やりがい <input type="checkbox"/> 3 給料 <input type="checkbox"/> 4 時間 <input type="checkbox"/> 2 社会貢献 <input type="checkbox"/> その他()
	何にやりがいを感じるか、それはなぜか？	人の話を聞いて工夫し、改善すること 人に喜ばれることで、充実感を感じることができるから
	どんな分野に向いていると思うか、それはなぜか？	医療関係や事務機器関係の販売 専門知識と営業力があると思うので
	なぜ就職するのか？ 何のために働くのか？ どのように働きたいのか？	社会人として一人前になりたいから人に喜んでほしい、 自分自身も成長したいからいろんな人のいる環境で、自分らしく働きたい

どんな自分が見えてきた？

過去の自分と「つなげて」みて、自分のキャラクター、「軸」を考えてみましょう。

何かの問題や課題に対して、工夫して改善するのが好き
人に喜ばれることをするのが好き

●他人の目で評価をしてもらう

コピーをとって、友達や先輩、後輩、先生、アルバイト先の会社の人、そして親兄弟など複数の人に記入してもらいましょう。

私「名前」について感じていることを率直にお書きください。
よろしくお願いします。

●私の第一印象はどうでしたか？	●なぜ、そう思ったのですか？
●	●
●	●
●	●
●	●

●仲良くなってからは、どんな人間だと思いましたか？（長所・短所）	●なぜ、そう思ったのですか？
●	●
●	●
●	●
●	●

●集団で行動しているとき、私はどんな役割を果たしていますか？

●とくにその役割がうまく果たせたのは、何のときでしたか？

●私には、どんな仕事が合うと思いますか？（業界や職種など）

●そのようにイメージした理由は、私のどんな点からですか？

●その他、アドバイスなど、何でも良いので一言お願いします！

ご協力、ありがとうございました。頑張ります！

準備編

福祉・医療分野

公務員・教職

幼稚園・保育園

一般企業

看護師・管理栄養士

応募書類

面接

所作・マナー

その他の情報

キャリア支援室の活用方法

準備編

福祉・医療分野

公務員・教職

幼稚園・保育園

一般企業

看護師・管理栄養士

応募書類

面接

所作・マナー

その他の情報

キャリア支援室の活用方法

[STEP1]

自己分析シート② 現在・未来の自分

- 「自己分析シート②現在・未来の自分」を自分で記入してみましょう。

現在の自分を見つめる	長所は？それを説明できる具体的なエピソードは？	
	短所は？具体的なエピソードは？	
	いま興味を持って取り組んでいることは…	
	これだけは人に負けないと言えることは…	
	物事に取り組む姿勢をひとことで表すと…	
	集団の中での役割、ポジショニングは…	
	どんな専門分野に興味を持って勉強してるか…	
感動・転機・継続・解決、それぞれのキーワードで思い出すことは…	感動： 転機： 継続： 解決：	
未来の自分を考える	5年後・10年後の自分はなりたいか…	5年後： 10年後：
	やりたい仕事、やりたくない仕事は…	やりたい仕事： やりたくない仕事：
	働く上での優先順位は…	<input type="checkbox"/> やりがい <input type="checkbox"/> 給料 <input type="checkbox"/> 時間 <input type="checkbox"/> 社会貢献 <input type="checkbox"/> その他（ ）
	何にやりがいを感じるか、それはなぜか？	
	どんな分野に向いていると思うか、それはなぜか？	
なぜ就職するのか？ 何のために働くのか？ どのように働きたいのか？		

どんな自分が見えてきた？

過去の自分と「つなげて」みて、自分のキャラクター、「軸」を考えてみましょう。

●他人の目で評価をしてもらう

コピーをとって、友達や先輩、後輩、先生、アルバイト先の会社の人、そして親兄弟など複数の人に記入してもらいましょう。

私「名前」について感じていることを率直にお書きください。よろしくお願いします。

●私の第一印象はどうでしたか？	●なぜ、そう思ったのですか？
●	●
●	●
●	●
●	●

●仲良くなってからは、どんな人間だと思いましたか？（長所・短所）	●なぜ、そう思ったのですか？
●	●
●	●
●	●
●	●

●集団で行動しているとき、私はどんな役割を果たしていますか？	●私には、どんな仕事合うと思いますか？（業界や職種など）
●とくにその役割がうまく果たせたのは、何のときでしたか？	●そのようにイメージした理由は、私のどんな点からですか？

●その他、アドバイスなど、何でも良いので一言お願いします！

ご協力、ありがとうございました。頑張ります！

[STEP2]

職業を知る～業界とは

●業界とは何か

- 事業や業務の種類のことを「業種」、同じ業種の集まりを「業界」といいます。
- 社会にはあまり知られていない業界がたくさんあります。
- 業界が同じであれば、仕事内容や求められる人物像にも共通点がでてきます。

●業界を調べる時のポイント

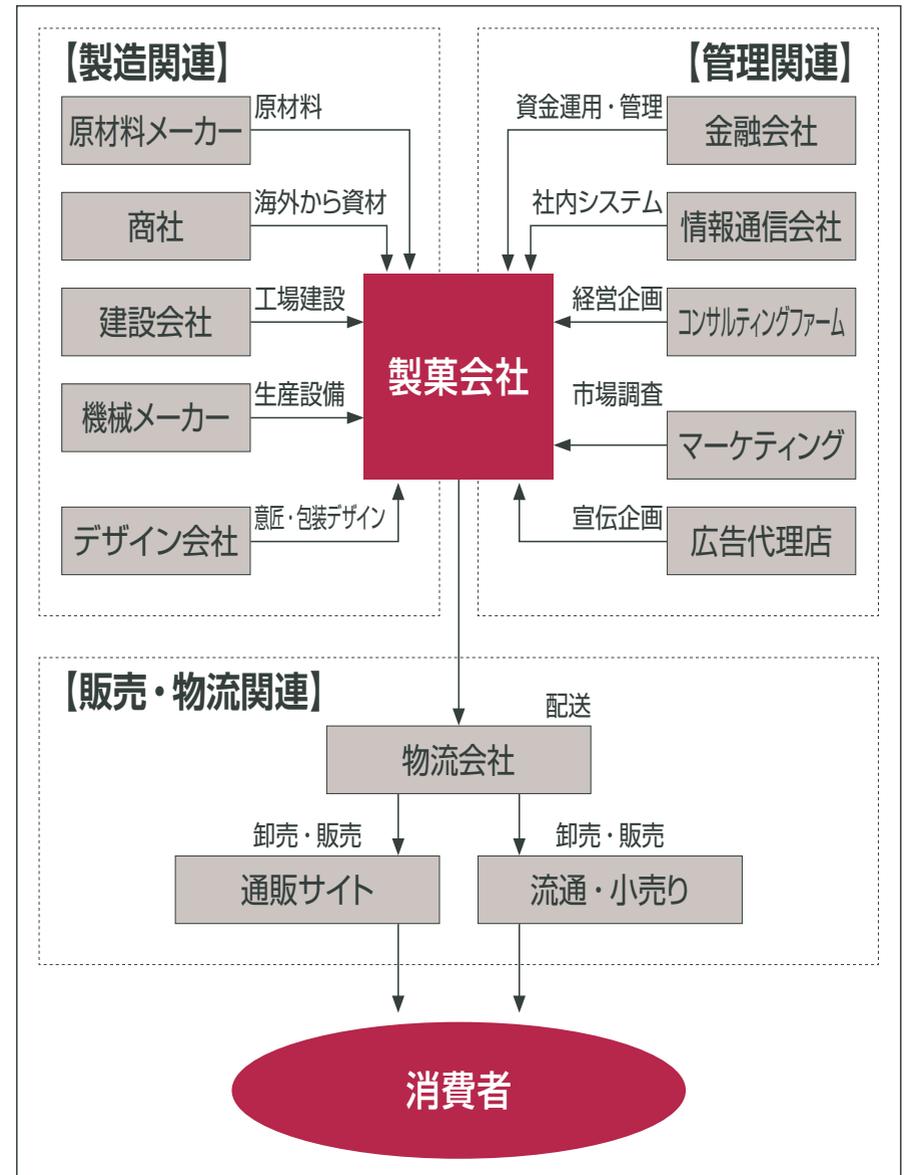
- 一つの業界にとらわれず、身近ではない業界も調べましょう（目標は3業界以上）。
- 企業を調べる前に、業界ごとの特徴や現状を知っておきましょう。
- 最近の産業界は、異分野への進出や異業種同士の業務提携など業界間の壁は低くなっています。今までの業界の枠組みにとらわれてしまうと、活躍できるフィールドを見逃してしまう恐れがあるので、幅広い視野を持って調べてください。

◆主な業界一覧

メーカー	素材メーカー	化学・ゴム、鉄鋼・金属・非鉄金属、ガラス・セラミック・セメント、紙・パルプ
	機械・部品メーカー	重電・産業プラント、機械・工作機械・ロボット、半導体・電子・電器部品
	機器メーカー	自動車・輸送機器、家電・AV機器、コンピュータ・通信機器・ゲーム機器、精密機器、事務機器・文具・玩具
	生活関連メーカー	ファッション・アパレル、繊維、食品、農林・水産、住宅・建築、インテリア・建材・住宅設備
	医療機関メーカー	医薬品、医療機器、化粧品・生活用品
	その他	その他
インフラ	電力、ガス、石油、エネルギー、鉄道・航空・陸運・海運、電気通信事業、不動産、建設	
商社	総合商社、専門商社	
流通・小売	百貨店、スーパー・コンビニ・生協、ホームセンター・生活用品、専門店	
金融	銀行・信託銀行、信用金庫・信用組合・労働金庫、政府系金融機関、クレジット・信販、消費者金融、損害保険・生命保険・共済、証券・投資関連、リース・レンタル	
情報・通信	情報処理、ソフトウェア	
マスコミ	放送、新聞、出版、印刷、広告	
サービス	人材	人材派遣・職業紹介、教育、求人メディア、アウトソーシング
	コンサルティング	シンクタンク・経営コンサルティング、専門コンサルティング
	レジャー	ホテル、旅行、ブライダル、アミューズメント
	フードビジネス	レストラン・フードビジネス
	医療・安全	医療・福祉、エステティック・理美容、セキュリティ・メンテナンス、フィットネス・ヘルス関連施設
	官公庁・公社・公共団体	官公庁・公社・公共団体

●社会にはさまざまな業界があり関連しあっている

業界は単体で存在しているのではなく、ビジネスの流れの中で関連しあって成り立っています。一つの業界にとらわれず、自分にとって身近ではない業界にも目を向け、幅広く調べていきましょう。下記は製菓会社に関する業界の例です。製造関連、管理関連、販売・物流関連の業界と密接に関わりながら、事業が成り立っていることがわかります。



[STEP2]

職業を知る～職種とは

●職種とは何か

- 職種とは仕事の性質や範囲による種類分けです。
- 同じ企業でも職種によって仕事内容は異なり、また同じ職種でも企業によって仕事内容や求められる人物像が異なります。
- 就職活動では、「自分が何をしたいのか」を考えて職種を理解することが大切です。

●職種の調べ方

- 大学での学び、自分の強みや適性、興味・関心が、仕事にどのようにつながっていくのかイメージしましょう。
- 「やりたいこと」や「できること」を考えながらさまざまな職種を調べ、「自分を活かせる職種」を探していきましょう。

●主な職種

【営業・販売の仕事】

自社で生産した、あるいは仕入れた商品やサービスを売る仕事です。顧客に基本的な知識・情報を提供するところから、代金が支払われるまで、すべての流れが営業の仕事に関わってきます。顧客の立場に立って企画を提案したり、取引先と信頼関係を構築するため密に連絡を取りながら、円滑なコミュニケーションを図ります。仕事の目標や成果が具体的な数値で表されるため、明確な達成感を得やすい仕事です。

具体例

- 見込み顧客へ営業を掛け、積極的に売り込む
- 広告を掲載し、反応があった顧客に対して製品を売る
- 既存顧客のニーズに応えるルート営業

【接客・サービスの仕事】

顧客に自社のサービスを提供したり、相談窓口などの接客を中心とした仕事です。「人と接することが好き」といった人に対する関心、相手の気持ちを汲み取り理解する想像力、コミュニケーション能力が最も要求されます。相手のニーズを的確に捉え迅速に対応する思考力、判断力、柔軟性、クレームなどの問題を円滑に解決するための調整力や均衡力なども要求され、経験を積むほど対応能力が上がります。成長の実感や人からの感謝を直接得られる仕事です。

具体例

- アルバイトのマネージメント
- 売り上げ向上の戦略立案、売り上げ管理
- より多くの来客を促すためのサービス向上

【事務】

新卒採用では、「一般事務」など事務職はあまり多くありませんが、社員の福利厚生や給与の管理、採用・配属から企業研修、来客の対応など、業種の違いに関係なく、企業活動のうえで要となる役割を担っています。ミスなく仕事を進める慎重さ、協調性などが求められます。接客する機会も多く、社会常識やビジネスマナーが不可欠。また、企業内でも業務の専門化が進み、「法務」「財務」など、知識やノウハウを持ったプロフェッショナルな専門職を採用したり、育成する動きもあり、専門性を高められる仕事です。

具体例

- 営業職のサポート業務
- 書類の作成や整理など
- 来客対応から掃除など雑務全般

[STEP2]

職業を知る～雇用形態

●職種別採用について

総合職・一般職という職種別人事制度を採用している企業もあります。仕事内容のほか、給与や昇進、転勤などにも大きな違いがあります。なお最近は派遣社員や非正規雇用への移行により、一般職採用は少なくなる傾向にあります。

コース名	職務内容	給与・昇進
総合職	幹部候補となるキャリアコース。企画立案や対外折衝など、総合的判断が求められる業務に従事する。将来は幹部候補の道も。転居を伴う異動がある。また仕事内容は総合職とほぼ同じだが、転居を伴う異動がない地域限定型の総合職もある。	入社当時はあまり変わらないが、将来的には給与・昇進・住宅手当・福利厚生などに大きな違いが出る可能性がある。
一般職	定型的な一般業務のほか、総合職社員の補佐的な仕事を行う。転居を伴う異動はない。	

●さまざまな雇用形態

雇用形態には正社員以外にも、さまざまな働き方がありますが、自分に合った就業時間や休日を選ぶことが可能な契約社員・派遣社員の道を選ぶ人も増えています。

ただし、正社員と契約社員・派遣社員との間には待遇に大きな違いがあることに十分留意する必要があります。正社員以外の道を考える時は「なぜ正社員ではなく、契約社員や派遣社員を選ぶのか？」を明確にしておきましょう。

正社員	各種社会保険や諸手当、昇給、昇進、賞与、退職金などが用意されている。転勤や残業などへの対応が求められる場合もある。
契約社員	勤務時間、賃金を個別に契約する。年俸制や時間給で、賞与・退職金は支給されないことが多い。「契約更新年数〇年まで」と区切る例もあるので注意が必要。
派遣社員	雇用主は派遣会社。そこから客先の企業へ派遣され働く。労働時間等、自分の条件にあった仕事を紹介してもらえるが、実務経験や専門能力がないと時給が低い。

Column 正社員とフリーターの違いって…

1990年代半ば以降、就職難と若者の意識の変化を背景にフリーターが増えています。今や若者の5人に1人がフリーターともいわれ、所得の低いフリーターと正社員の違いを試算してみました。

【生涯賃金】正社員：2億6000万円／フリーター：1億6000万円※1

【平均年収】正社員：555万円／フリーター：158万円※2

一度フリーターになるとその状態が長期化しやすいのが大きな問題となっています。「疲れてしまったから就職活動を止める」などと思わず諦めずに続けていく気持ちが大切です。後悔先に立たず、という言葉にもある通り、今、一生懸命に就職活動に向き合うことで将来の道が拓けます。

※1 出典：独立行政法人 労働政策研究・研修機構「ユースフル労働統計 2022 労働統計加工指標集」
学校卒業後、フルタイムの正社員、または非正社員を続けた場合の60歳までの生涯年収（男性）

※2 出典：ワークス研究所「ワーキングパルソン調査 2014」

[STEP2]

職業を知る～団体・企業研究

興味のある業界から複数の企業を選び、さまざまな視点から客観的に研究しましょう。企業研究には時間も労力もかかりますが、本当に自分が納得できる企業を選択するためには欠かせない作業です。また企業研究をどれだけ熱心に行ったかが合否の可能性に大きく影響します。企業研究では次の事項について調べてみるとよいでしょう。

- ①経営理念 ②基礎データ ③財務内容 ④新規事業への進出 ⑤最近の話題
⑥組織と仕事内容 ⑦女性の戦力化 ⑧教育研修制度 ⑨従業員の定着性
⑩労働諸条件 ⑪福利厚生 ⑫採用試験の内容 ⑬IR情報（上場会社）

●キャリア支援室を最大限に活用しよう！

キャリア支援室では就職関連の資料・情報を保有しています。本学に届いた求人票、各種採用試験、各種セミナー、合同説明会の情報など、多種多様な情報が一ヶ所で手に入ることも大きなメリットです。ぜひ最大限に有効活用してください。

●ネットだけの情報に頼らない

今ではほとんどの企業が、インターネット上で情報公開をしています。会社案内を発行しない企業も多く、企業の情報収集の基本は、ホームページになりつつあるようです。しかし、ホームページ上の情報は表面的なものになりがちです。改めて新聞や雑誌、書籍を読んだり、実際に働いている人や現場の生の声に触れてみるのが大切です。

●要注意の企業・団体

少数ですが、問題のある採用活動を行っている企業・団体があります。就職活動中に不審に思うことがあったら、速やかにキャリア支援室に相談してください。

例えば、以下のようなケースがあります。

- 内定の条件として、研修として当該企業でのアルバイトを強要したり、授業への出席に制限を加えるなど、学生生活に干渉する場合
●採用条件（給与・休暇・勤務地など）を明確にしない場合
●一方的に内定を取り消したり、内定辞退を促してきた場合

要注意

●企業の規模や業態

就職活動中の学生は有名企業や大企業ばかりに目が向きがちですが、中小企業やベンチャー企業、学生にあまり知られていない企業（BtoB）の中にも、優良企業は数多く存在します。企業の規模や業態による違いを調べてみましょう。

【大企業】

- 知名度があり、社会的信用が高い
- 資本規模が大きく、従業員の数が多い
- 給与制度、人事制度、福利厚生制度などが充実している
- 体系的な組織体制を整えている
- 学生から人気があり、競争が激しい

【中小企業】

- 社内全体を見ながら仕事ができる
- 若手のうちから責任のある仕事が任されるので、スキルの向上が早い
- 経営陣と現場との距離が近く一体感がある
- 一人ひとりの業務範囲が広く、さまざまなノウハウが得られる

【ベンチャー企業】

- 独創的な経営を行っているケースが多い
- 企業の成長を肌で感じながら仕事ができる
- 規模とは比例しない売り上げをあげている場合もある
- 一人ひとりの能力・成長が問われる
- 数年で社員数や利益を大幅に増加させている成長期の企業もある
- 強いリーダーシップのある経営者が多い

【BtoB企業】

- 社内全体を見ながら仕事ができる
- 若手のうちから責任のある仕事が任されるので、スキルの向上が早い
- 経営陣と現場との距離が近く一体感がある
- 一人ひとりの業務範囲が広く、さまざまなノウハウが得られる

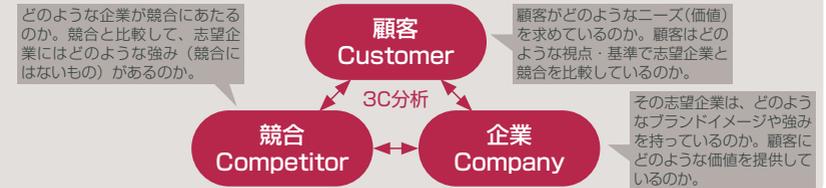
Column 企業を調べる時のポイント

ひとつの企業に詳しくなるために3C分析を試してみよう

企業を深く知り、さらに各企業を比較検討する方法として3C分析を紹介します。3C分析とは、自社／志望企業（Company）、顧客（Customer）、競合（Competitor）を分析し、それぞれの関係性を見ていくやり方です。このようにして、さまざまな視点から企業を眺めてみましょう。

3C分析の手順

- ①3Cの枠を埋める（顧客は誰か？ 競合は誰か？ その企業の強みは？）
- ②3要素間の相互関係を考える（顧客⇄自社、競合⇄顧客、自社⇄競合）

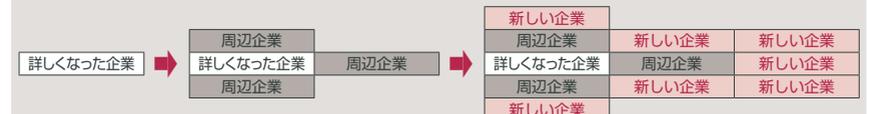


ひとつの企業に詳しくなることで、周辺企業が見えてくる

ひとつの企業に詳しくなると、その周辺企業が見えてきます。周辺企業が見えてくると、違う業界や業態の新しい企業が見えてきます。このように幅広く情報を集めて、自分の強みが活かせるかどうかを意識して志望企業を探していきましょう。

※これは志望企業を見つけるための方法であって、始めから絞って企業研究を行うという意味ではありません。

- ①ひとつの企業に詳しくなる
- ②競合や関連している周辺企業が見えてくる
- ③周辺企業が見えると、また新しい企業が見えてくる



[STEP3]

筆記試験と対策

●筆記試験・適性検査とは

- 「筆記試験」では、言語・非言語、時事・一般常識、性格、適性、能力の有無などが問われます。また人気の高い企業などでは足切りとしても活用されます。
- 「適性検査」では、能力と性格の2面から資質を評価されます。

●筆記試験・適性検査攻略のポイント

- 慣れが必要なため、普段から練習を重ねておきましょう。
- 筆記試験はいずれの場合も、出題数が多いので、ゆっくり解いては時間不足となります。対策として、問題集を最低1冊購入し、くり返し解くことを勧めます。
- 論作文や一般常識試験のため、また読解力をつけるために新聞を毎日読みましょう。
- キャリア支援室で実施する就職筆記試験対策講座を受けましょう。

◆試験の特徴を把握して臨もう！ 筆記試験の概要と対策

職業適性検査

情報処理
適性検査
(SPI適性検査)

- 特徴** システムエンジニア、プログラマーなどの職種採用で使用されることが多い職業適性検査。
- 目的** 仕事の遂行能力や本人の性格、仕事への意欲を判断する。
- 出題** 文字の配列・図形の配列・四則計算の文章題。
- 対策** 受検前に適性の有無を模擬試験などで調べておく。

性格検査

クレペリン
検査

- 特徴** 銀行、鉄道会社、官公庁などで使用される性格検査。
- 目的** 行動特性や量的職務遂行能力を判断する。
- 出題** 横に116字、縦に32行並んだ数字の足し算。
- 対策** 問題集などで慣れておく。

Y-G
性格検査

- 特徴** 公務員採用試験でよく使用される性格検査。
- 目的** 性格特性を判断する。
- 出題** 120の質問に対して「YES」「NO」で答える。
- 対策** 自分をよく見せようと回答するのではなく、素直に答えることが大切。

能力試験

論作文

- 特徴** 学生の人柄、考え方、視点、表現力、独創性、論理的思考、そして仕事の適性をはかる目的で、就職試験に論作文を採用する企業が多くなっています。
- 対策** 学生生活、職業、社会などをテーマに、800字30分を目安に毎週1本のペースで書く。

一般常識

- 特徴** 中学・高校レベルの国語、数学、英語、社会、理科の5教科で構成されている。企業ごとに内容が異なるため対策は難しい。
- 対策** 基本5教科の復習と、新聞や専門誌などで読んで業界・企業に関する基礎知識をまとめておく。

能力・適性総合検査

SPI 3
(エスピーアイ
スリー)

- 特徴** 多くの企業が実施している適性検査SPI3。筆記試験の代表格。
- 目的** 職務遂行に必要な判断力、処理能力、記憶力などをはかりながら、人物の特徴を明らかにする。
- 出題** 言語（国語）、非言語（数学）の能力検査と性格検査で構成。
- 対策** 制限時間内に多くの問題を解く練習と、本試験と全く同じルールの模擬試験を受けておく。

GAB
(ギャブ)

- 特徴** コンサルティング業界、商社、証券会社などで採用されていることの多い適性検査。
- 目的** 知的能力とパーソナリティの両面から測定。
- 出題** 計数40問35分・言語（長文読解）52問25分・性格68問30分。
- 対策** 制限時間の中で、確実に答えを出す練習をしておく。

CAB
(キャブ)

- 特徴** コンピュータ関連職種の選考やIT業界で使用されることが多い適性検査。
- 目的** 法則性やルールを見抜く能力を明らかにする。
- 出題** 暗算50問10分・法則性40問15分・命令表50問29分・暗号読解39問20分・性格テスト（約30分）。
- 対策** 回答時間が短いため、あらかじめルールを理解し、時間内に解く練習をしておく。

IMAGES
(イメジス)

- 特徴** GABの簡易版。検査時間が短いため、エントリー数が多い企業に使用されることが多い。
- 目的** 知的能力とパーソナリティの両面から測定。
- 出題** 暗算50問10分・長文読解24問10分・英語読解20問10分・性格テスト68問30分。
- 対策** 制限時間が短いため、すばやく解く技術を身につけるために問題に慣れておく。

TG-WEB
ティージー
ウェブ

- 特徴** ここ数年、有名・人気企業などで実施が急増している自宅受検型のWEBテスト。
- 目的** キャリアパーソナリティと、成果をあげるために必要な判断推理力（言語・数理）を測定。
- 出題** 言語、計数、英語の能力検査と適性検査。旧型と新型があり、旧型は特に難関。
- 対策** 問題パターンは少なめなので、傾向と対策をしっかりとしておく。

玉手箱
(タマテバコ)

- 特徴** シェア率第2位の適性テスト。問題形式1種類につき複数問出題されるが、問題数が多い。
- 目的** 「知的能力」と「パーソナリティ」の両面から測定する総合適性診断システム。
- 出題** 「計数」「言語」が各3種類と「英語」2種類の能力テスト、および性格テストで構成。
- 対策** 長文読解問題などの出題パターンを把握し、スピーディーに問題を解く。

SCOA
(スコア)

- 特徴** 20年以上の実績をもつ採用テスト。出題は範囲が広く、難易度は高い。
- 目的** 基礎能力検査では、基礎的な知的能力と学力・応用力を総合的に測定。
- 出題** 「言語」「数理」「論理」「英語」「常識（社会、理科）」の科目から計120問60分。
- 対策** 1問30秒ほどの時間配分で出題範囲も広いので、各科目の特徴をよく理解して挑み、効率よく回答する。

[STEP3]

Webテスト対策をしよう!

●筆記試験の受検形態は3つあります。

- ペーパーテスト形式
従来通り、企業に出向き、紙の解答用紙に答えを書き込むオーソドックスな試験
- テストセンター形式
専用会場のパソコンにて受検します。
全国7都市（東京、大阪、名古屋、札幌、仙台、広島、福岡）をメインに、ピーク時は47都道府県でも開催
- Webテスト形式
自宅や大学のパソコンから受検

それぞれ出題範囲が異なるので、まずは企業がどのテストを採用しているのか調べ、その上でテスト形式にあった対策本で準備をしておきましょう。

●Webテスト形式が増加中

- 2020年冬からの新型コロナウイルス感染の影響を受け、Webテスト形式を導入する企業が増えています。
- メリットとしては、各自のパソコンで受検できるので、都合のいい場所、時間を選ぶことができ、リラックスした環境下での受検ができますが、反対に緊張感に欠け、ケアレスミスやルールの見落としが多くなります。注意が必要です。制限時間や解答方法、ブラウザなど対応環境を事前に確認する必要があります。
- センター形式と同様に全体の制限時間に加え、問題ごとに制限時間があります。就職情報サイトなどでは無料でWebテストを受けることができますので慣れておくのもいいでしょう。
- テストセンター形式と異なり、電卓の使用が前提です。選択式ではなく、入力形式の問題（特に非言語はほぼすべて入力形式）が多い傾向があります。

●アプリと問題集を併用しよう

数的処理などが苦手な方が多いです。まずはSPI対策の無料アプリやサイトが沢山あるので、通学の時間などを活用し、早い段階より取り組み、準備をしましょう。
また3年次後半より、志望する企業でどのテストが採用されているのかを調べ、対策本で練習をしましょう。何度も解き、出題傾向と解法を身に付けましょう。
このようにアプリなどを使った基礎学習と問題集と併用で段階を踏み、確実に対策をとっていくことが大切です。

●Webテスト対策 問題集・アプリ・サイト

問題集

【主要3方式（テストセンター・ペーパーテスト・WEBテスト）対応】
これが本当のSPI3だ! 2025年度版
著・編：SPIノートの会 発行所：講談社



「丁寧でわかりやすい」「使いやすい」と定評のある1冊。
受検生の声をもとに再現度の高い問題が並び、効率良く対策に取り組むことができる。数学や国語から遠ざかっていた方にも理解しやすい講義形式で丁寧に解説されている。

アプリ

SPI言語・非言語一問一答

過去のSPI、各企業就職試験の出題傾向を独自に解析し、SPIの形式を中心にしながら、その他の頻出の問題形式をカバーした問題を作成している。全問解説付きで、苦手問題を重点的に取り組むための機能も充実。一問一答で隙間時間等の短時間での学習に最適。

サイト

『Study Pro』SPI 無料学習サイト

<https://saisokuspi.com/>

イラスト解説付きで読みやすく、わかりやすいと評判の無料学習サイト。
対策優先度や学習状況も一目瞭然で、効率の良く対策が可能。
（言語・非言語・CABのアプリもあり・有料）

お試しWebテスト キャリタス就活

<https://job.career-tasu.jp/contents/exam/webtest/webtest.html>

Webテストの代表格である、SPI（テストセンター、WEBテスト）、玉手箱、Web - CAB、TG - WEBの再現問題を体験することができる。

[STEP3] Sドリル千葉 SPI対策コースで 就職筆記試験対策をしよう!

■Sドリル千葉とは?

本学が用意した、eラーニングシステムです。
ベーシック・ステップアップ・SPI対策の3つのコースがあります。
ベーシック・ステップアップの2コースでは、5教科の基礎・基本を再確認することができます。
SPI対策コースでは、SPIをはじめとする就職筆記試験の対策を行うことができます。
近年のSPIテストはWEB形式（テストセンター方式・WEBテスト方式）のものがほとんどで、設問ごとの制限時間があるなど、慣れが必要です。Sドリル千葉SPI対策コースを使って、本番同様の形式に慣れるとともに、素早く正確に解くためのテクニックを身につけましょう!

■おすすめコンテンツ

模擬テスト

近年、パソコンで受検するテストが増えていきます。企業のテストを受ける前に、模擬テストで練習をしておきましょう!
SPIの他にも玉手箱、TG-WEB、Web-CABを収録しています。
玉手箱はインターンシップの選考で最も利用されています。
必要に応じて対策をしておきましょう!



解答のテクニック

分野別解答のテクニックを読んで、**解答方のコツ**をマスターしましょう!
分からない問題は**算数・数学の復習**まで遡って学習をすることができます。

演習問題

1セット10分程度で解ける問題セットを出題パターンごとに収録しています。**手軽に取り組み**るので、隙間時間にコツコツ取り組みましょう!

■アクセス方法

「Sドリル千葉SPI対策コース」へは、下のURLからアクセスできます。

<https://lines-spi.education.ne.jp/shukutokuc/>

ユーザー ID : S-NaviのID

パスワード : 生年月日の西暦下2桁と月日4桁

(例 : 生年月日が「2002年9月13日」の場合のパスワードは、「020913」です。)



■「Sドリル千葉SPI対策コース」の効果的な使い方

この順番で取り組むことで、効率的に力をつけられます!

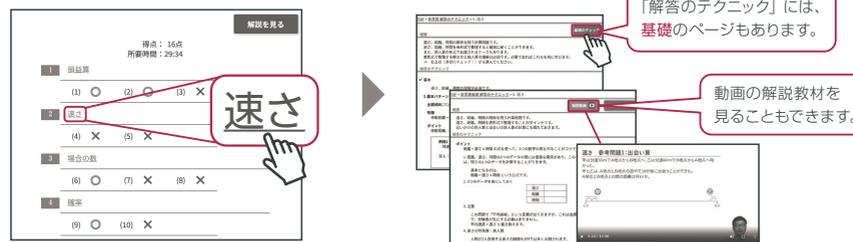
まずは模擬テストにチャレンジ

画面上部にある「模擬テスト」に挑戦しましょう。
※教材については裏面参照
まずは「SPIマークシート非言語」に取り組み、自分の得意分野・苦手分野を把握してみましょう。
余裕がある人は、「WEBテスト」「テストセンター」にも取り組み、本番形式に慣れましょう。



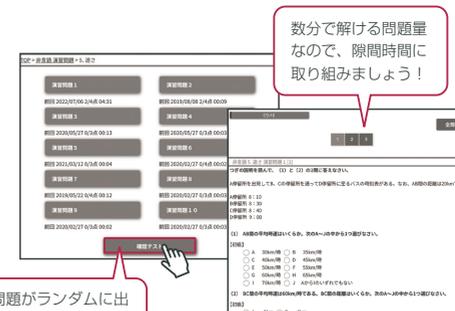
結果判定画面で苦手を把握!

結果判定後は、分からなかった問題の解説を読んで復習しましょう。また、判定画面の出題分野の文字は「**解答のテクニック**」につながるリンクになっているので、クリックして、苦手の分野はしっかり復習をしましょう。



演習問題で反復学習

更に力をつけるために、演習問題にも取り組みましょう。
演習問題は分野別に問題が収録されているため、**自分の苦手な分野を中心に**取り組むのがおすすめです。
演習問題で力をつけたら、再び模擬テストに挑戦しましょう。



「確認問題」では、問題がランダムに出題されます。
力試しのために挑戦してみてください。

[STEP4]

情報収集の方法

日本には400万もの企業がありますが、大企業はその1%にも満たない数。従業員1000人以下でも、業績を伸ばしている企業、世界でトップシェアを誇る企業が数多く存在します。知名度や規模にとらわれずに団体・企業を見る目を鍛えることで、隠れた優良企業と出会うことができるでしょう。

■探すためのメディア

就職活動に欠かすことができない就職情報サイト。しかし、登録されているものは、ごく一部だけということも頭に入れておきましょう。就職情報サイト以外のさまざまなメディアを活用し、企業を探してみる事が大切です。

●新聞

日本経済新聞などの経済紙を読むと、今注目の企業や社会の変化を読み取ることができます。日経産業新聞は、業界ごとのホームページ構成になっており、わかりやすいのが特徴。また会社四季報やホームページで数年分の経営数値を調べてみましょう。日本経済新聞、日経産業新聞、会社四季報は、キャリア支援室で閲覧できます。

●ビジネス誌

興味のある業界誌や業界新聞を読むことで、業界の構造を理解できます。ビジネス誌には、特定の業界の動向、「次代の優良企業」などの特集記事を組んでいることも。株関連の本などにも注目の成長企業が掲載されていることがあります。

●その他のメディア

- 就職四季報 採用時期・採用プロセスや採用実績、求める人物像など新卒就職活動に関わる情報が掲載されています。キャリア支援室で閲覧できます。
- ALevel 株式会社東京商工リサーチ発行の企業情報誌です。地域の企業ランキングが掲載されています。キャリア支援室で閲覧できます。
- 雇用・労働系の専門誌
- 展示会
- 知人からの生の情報
- CAST
- テレビ東京「ワールドビジネスサテライトなどのTV番組」

要注意

最近ではブログやSNS、ツイッターなどのソーシャルメディアの普及で、学生個人が情報を発信するケースが増えています。インターネットは誰もが自由に見ることができるメディアです。書き込んだ内容は人事担当者をはじめ、多くの人に読まれているという意識を持ち、個人や企業を誹謗中傷する内容、社会人として不適切な内容を書き込むことは避けましょう。

■企業検索 4つの視点

いくら大手企業に就職しても安泰という時代ではありません。下記の4つの視点を意識して、今まで知らなかった会社にも目を向けてみましょう。

①成長性

今後、成長が期待できる企業という視点で探してみましょう。社会が求める新技術や国際競争力の高い技術を有していることがポイント。新聞やビジネス誌、WEBサイトなどを参考にするとよいでしょう。

②歴史

日本には200年以上の歴史を持つ老舗企業が多く存在します。幾度となく不況を乗り越えてきたノウハウ、伝統を重視しながら革新を続けるDNAなど、老舗企業が持つ魅力に注目してみましょう。

③業績

規模は小さくなくても、独自の強みを活かし優れた業績をあげている企業を探してみましょう。業績を見る際は、売上だけでなく、利益（特に本業の利益である営業利益）も確認するとよいでしょう。また、1期くらいの赤字で判断することなく数年分の決算データを調べます。

④シェア

扱っている製品・サービスに独自性、優位性はあるか、業界内シェアという視点で検索してみましょう。一般的に知名度は低くても、国内外の業界内で名の知られている優良企業は数多く存在します。むしろ、海外での知名度のほうが国内より高い企業もありますので、よく研究してみましょう。

Column 「えるぼし・くるみん・ユースエール」認定企業

「くるみん・プラチナくるみん・トライくるみん認定」「えるぼし・プラチナえるぼし認定」「ユースエール認定」制度は、厚生労働大臣が企業を認定する制度です。モデルケースとして厚生労働大臣のお墨付きを得ている企業であり、制度上働きやすい会社といえるでしょう。

・くるみん・プラチナくるみん・トライくるみん認定…仕事と育児の両立支援に関する認定制度です。



・えるぼし・プラチナえるぼし認定……女性の社会進出や活躍の支援に関する認定制度です。ワークライフバランスの実現だけでなく、一億総活躍社会の実現に向けた多種多様な人材の活躍も目的とされています。



・ユースエール認定…中小企業のみが対象となりますが、若年層の採用活動や育成活動を積極的に展開することで認定を受けることができます。詳しくは厚生労働省若者雇用促進総合サイトを参照してください。都道府県ごとの魅力的な企業やユースエール認定企業も掲載されています。



厚生労働省若者雇用総合サイト

<https://wakamono-koyou-sokushin.mhlw.go.jp/search/service/top.action>

福祉分野への進み方

●福祉分野の求人の特徴

「福祉」の分野は、「高齢者」、「児童」、「障害者」、「その他」の四つに分けて考えることができます。「高齢者」、「児童」、「障害者」は、支援する対象者による分類です。これらは、支援する対象者の特性等によりさらに細かい分野に分けることができます。四つ目の「その他」の分野には、地域福祉を総合的に担う社会福祉協議会（社協）や、医療機関などが含まれます。

四つの分野のうち、求人がもっとも多いのは高齢者分野です。高齢者分野の求人は、福祉求人全体の半数近くを占めます（2021年度東京都福祉人材センター求人数より）。高齢者分野は、求人数が多いこともあり、特に資格がなくても就職しやすい分野です。また、入職後に介護職員初任者研修などの資格取得を支援してくれる制度を持った法人も多くあります。

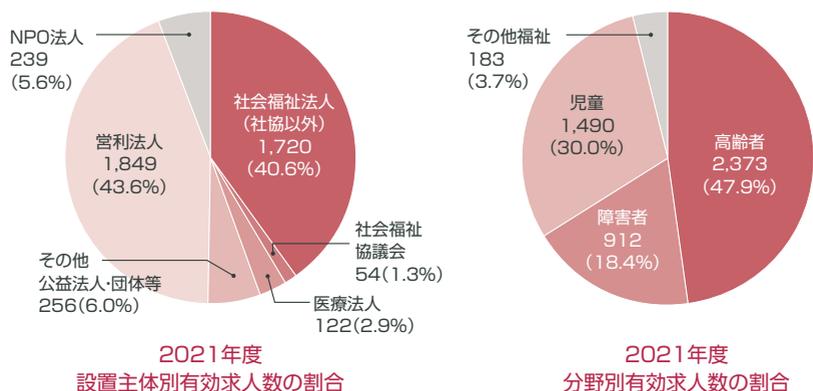
高齢者分野の次に求人が多いのは児童分野です。しかし、児童分野の求人は保育士が中心となります。保育士を除くと求人数は限られますが、児童指導員任用資格や教員免許などがあるとより応募機会が増えるでしょう。

障害者（成人）分野では、知的障害者施設の求人数が多く、身体障害者や、精神障害者施設の求人数は少なくなります。

●福祉分野の経営主体

福祉分野の就職先である福祉施設の経営には、さまざまな法人・組織が参入しています。経営主体別にみると、求人数が最も多いのは「営利法人」です。営利法人からの求人は、福祉分野全体の求人数の4割以上を占めています。次に多いのは「社会福祉法人」の求人で、全体の約4割を占めています（2021年度東京都福祉人材センター求人数より）。

「社会福祉法人」は非営利団体です。一方、株式会社などの「営利法人」は、名前の通り、利益を出すことを目的としています。この二つは組織の目的が異なるため、社風やサービスの考え方、待遇などにもそれぞれ傾向があります。早くから採用活動を開始している法人に早々に内定を取って就職活動をおしまいにするのではなく、複数の施設・法人を知り理解して選択することも必要です。迷う場合はキャリア支援室にご相談ください。



東京都社会福祉協議会 「ふくしのしごとがわかる本」 2023年版より作成

●福祉分野ならではのアプローチ

社会福祉法人は、興味をもって実習・見学などを誠実な態度でお願いすれば、何らかの対応を検討してくれるケースが多くあります。興味を持った施設があれば、積極的に自分から連絡をしてみましょう。

①調べる

勤務したい地域に自分の希望する分野の法人がいくつあるのかを調べます。インターネット、キャリア支援室、求人検索NAVI、地元社協、福祉人材センターなどを利用。

②電話で見学をお願いする

「求人はありますか?」と確認せず、「現場のことをもっと勉強したいので、一度見学させていただきませんか」というアプローチをする。

③実習・ボランティア依頼

見学をし、自分にとって合いそうな法人であれば、実習やボランティアをさせていただけるか確認します。ボランティアが毎日ではなく、スポットで入るもの（お盆の時期など）でもかまいません。また、自分に合う施設であれば、今後求人があれば連絡を欲しい旨を伝えます。その際、帰宅後に履歴書を送付してもよいかを確認しておきましょう。また見学などが終わったらすぐにお礼状を送付しましょう。

④つながりを切らない

見学・ボランティアなどが終了し、大学の授業がはじまって、ハガキ（残暑見舞、後期授業開始状況報告など）でお礼や近況報告するなど、つながりを切らない努力をします。地元へ帰省した際は、アポイントを取って挨拶に行くのもよい方法です。

●福祉系就職にかかわる取得資格

本学では、福祉系の就職にかかわる資格が多く取れます。社会福祉学科に在籍していなくても取得できる福祉系資格もあります。取得には、所定の課程を履修する、などの条件が必要な場合もありますが、コミュニティ政策学科の社会福祉主事任用資格のように、学科の必須単位を修得することで取得できる資格もあります。こうした資格は、履歴書の資格欄に記載できるほか、入職後の資格手当の要件として認められる場合もあります。卒業時に取得見込みの任用資格や受験資格も含めて、履修の手引きや学生サポートセンターで確認し見落としがないようにしましょう。

また、福祉施設は自動車通勤が必要な施設も多く、入職までに運転免許の取得が求められる場合もあります。

【福祉人材センターの登録】

- ①埼玉福祉人材センター TEL.048-833-8033
さいたま市浦和区針ヶ谷4-2-65 彩の国すこやかプラザ内
- ②千葉福祉人材センター TEL.043-306-2593・2594
千葉市中央区千葉港4-5 千葉県社会福祉センター 1F
- ③東京都福祉人材センター（人材情報室） TEL.03-5211-2860
千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター 5F
- ④かながわ福祉人材センター TEL.045-312-4816
横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2 かながわ県民センター 13F

【インターネット】

- ①福祉のお仕事（ネット紹介システム） <https://www.fukushi-work.jp/>
- ②子育てネット（児童：保育所） <https://cua-gia.com/i-kosodate/>
- ③東京MSW協会（東京都内MSW） <https://www.tokyo-msw.com/>
- ④一般社団法人シルバーサービス振興会（福祉企業） <https://www.espa.or.jp/>

●福祉のお仕事

◆社会福祉法人千葉県社会福祉協議会 千葉県福祉人材センター

福祉人材センターでは、厚生労働大臣の許可を得て、福祉施設で働きたいという希望を持つ皆さんに、無料で職業を紹介する福祉人材バンク事業を実施しています。

紹介の対象となる福祉の職場は、次に示すとおりほぼ全ての福祉関係の施設・事業所等です。

また、職種も福祉の現場で必要とされる職種が網羅されています。

職業紹介の対象職種(例)

介護職、ホームヘルパー、相談員、支援員、指導員、保育士、社会福祉協議会専門員
サービス提供責任者、事務職、調理員、栄養士、運転手、施設長、精神保健福祉士、看護職
その他

住所：千葉県千葉市中央区千葉港4-5 千葉県社会福祉センター 1F

TEL：043-306-2593・2594

URL：<https://www.chibakenshakyo.net/>

◆社会福祉法人東京都社会福祉協議会

東京都福祉人材センター

東京都保育人材・保育所支援センター（東京都福祉人材センター内）

東京都福祉人材センターは、社会福祉法に基づき東京都知事の指定を受けて、「社会福祉法人東京都社会福祉協議会」が運営しています。福祉の仕事に就くことを希望されている方に対して、資格取得や就職活動等の相談、福祉の仕事の紹介・あっ旋、各種セミナーや面接会等を実施しています。

なお、職業安定法に基づく無料職業紹介事業（厚生労働大臣許可）として、福祉の仕事の紹介・あっ旋を行っています。【無料職業紹介事業許可番号 13-4-080008】

住所：千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター 5階（人材情報室）

TEL：03-5211-2860

URL：<https://www.tcsww.tvac.or.jp/about/soshiki/map.html#jinzai>

◆東京労働局 人材確保・支援コーナー

ハートフル（介護・看護・保育）・建設・警備・運輸分野等

都内7カ所（渋谷・池袋・足立・墨田・木場・八王子・立川）

◆東京都福祉保健局 ふくむすび

「ふくむすび」では、介護、保育、障害福祉分野など都内の福祉事業所に関する所在地等の基本情報や職員募集・職場体験受入等の情報、「TOKYO働きやすい福祉の職場宣言」をした事業所の情報、都内自治体の支援策やイベント・研修等の開催情報等を発信しています。

URL：<https://www.fukushijinjai.metro.tokyo.lg.jp>

募集・職種・試験について

●福祉系分野の募集時期

人手不足の状況を受け、福祉分野の新卒採用の募集時期は年々早まる傾向にあります。従来、福祉分野の新規採用は、退職や事業所の新規開設などによる職員増減を見越した欠員補充採用を基本とし、年度途中でも欠員が生じた時点で募集をする随時採用が中心でした。既卒者は、年間を通じて「随時採用」の求人に応募することができる一方、新卒予定者の場合は、通常次年度4月1日以降の採用予定求人に応募することになりますので、一般企業への就職活動と比べて就職が決まる時期は全体に遅くなる傾向がありました。

しかし、昨今の若年人口の減少や人手不足の高まりから、早い時期から採用活動を行う法人が増える傾向にあります。3年生の春休み前から新卒採用の募集を開始する法人も多くあります。本学でも3年生の9月ごろから各種の支援行事を開始していきます。大学主催の合同説明会などの支援行事をうまく活用し、春休みを利用して積極的に施設見学等を始めていきましょう。

●福祉分野の求人倍率

2021年度の福祉分野の求人倍率は3.00倍（東京都社会福祉協議会「ふくしのしごとがわかる本」2023年度版より）と、依然として高い水準にあります。福祉の分野は全産業の中でも人手不足の業界の一つと言えます。しかし、求人倍率は分野・職種・雇用形態で大きく異なります。指導の先生やキャリア支援室、福祉人材センターなどを活用し、相談しながら応募求人を探していくことが有効です。

また、大規模法人などでは、高齢者と障害者、高齢者と児童など、複数分野の施設を運営している場合も多くあります。そのほか、一ヶ所の施設で複数の福祉分野に対応した複合施設もあります。希望分野の仕事の求人数が少ない場合は、そうした法人・施設も検討し、最初は違う分野で入社して、将来的には希望分野に進む、などのキャリアパスがないかを検討してみましょう。

●採用後のキャリア形成・スキルアップ

採用後は、各法人が独自に決めた人事制度の中で、キャリア形成を図っていくこととなります。近年、国や地方自治体の後押しもあり、福祉分野でも「キャリアアップの仕組みの構築が積極的に図られてきています。また、職場内の研修や職場外（社協や専門機関等）の研修に職員を定期的に参加させ、サービス向上を図る事業所や、新たな資格取得を支援するなど、人材育成に積極的な法人も増えてきています。

職員のキャリア形成は採用された法人の考え方や制度によりますが、専門職として自己研鑽に努め新たな資格取得や新しい業務課題に取り組むことにより、常に自分を磨いていく姿勢が重要と言えます。

●福祉分野の分類と主な採用職種

分類	主な採用職種	
高齢福祉	生活相談員、介護職（生活支援員）、事務職員	
障害者福祉	知的	生活相談員、介護職（生活支援員）、事務職員、PSW
	精神	
	身体	
	障害複合	生活相談員、介護職（生活支援員）、事務職員
児童福祉	障害児	介護職（生活支援員）、児童指導員、保育士
	児童養護	児童指導員、保育士、看護師
	保育所	保育士
	母子・乳児	児童指導員、保育士、看護師
	児童館・学童	児童指導員
その他	保護（更生施設等）	
	社会福祉協議会	事務職員、相談員、介護職等
	病院	看護師、MSW・PSW、事務職員

●主な福祉関連の職種

分類	職種	説明
介護系	ケアワーカー ・介護職・介助員 ・生活支援員	高齢者福祉施設・障害者福祉施設や医療機関などで、食事・入浴・排泄・移動など高齢者や障害者の日常生活の自立を支援します。介護サービスの中心的な仕事に従事する専門員です。
相談系	生活相談員 ・生活支援員	特別養護老人ホームなどの高齢者福祉施設や障害者福祉施設が主な職場です。利用者の相談援助を行うほか、入退所手続きや家族との連絡調整、サービス計画立案を担当します。介護職員が配置されていない施設では生活援助や訓練も行います。社会福祉士資格がなくても、社会福祉士主任任用資格があれば採用する施設が多くあります。
	介護支援専門員 ・ケアマネージャー	介護保険事業を行う高齢者施設・居宅サービス事業所で、ケアプラン（介護支援計画）を策定し、連絡調整を行います。実務経験を積み、公的資格を取得していることが必要です。
	児童指導員	児童福祉施設で子どもたちの援助・育成・指導にかかわり、児童の指導・育成計画の企画・立案、施設内や施設外（学校・親・児童相談所など）との連絡・調整を行います。児童養護施設では子どもの生活全般にかかわり、食事作りや洗濯などを行う場合もあります。児童指導員任用資格や教員免許があると採用されやすくなります。
	MSW（医療ソーシャルワーカー）	医療機関で、患者さんが安心して医療を受けられるように、経済的な不安や家族との関係などの相談援助や、解決に向けた外部との連絡調整などを行います。本学では社会福祉学部で所定の課程を修了し国家試験に合格することで資格を取得することができます。
	PSW（精神医療ソーシャルワーカー）	精神病院を主な職場として、患者さんが安心して医療を受けられるよう、相談援助や連絡調整を行います。本学では社会福祉学部で所定の課程を修了し国家試験に合格することで資格を取得することができます。医療機関のみに絞ると求人数が限られてきます。就職活動に当たっては、知的・精神障害の就労支援分野も視野にいれるとよいでしょう。

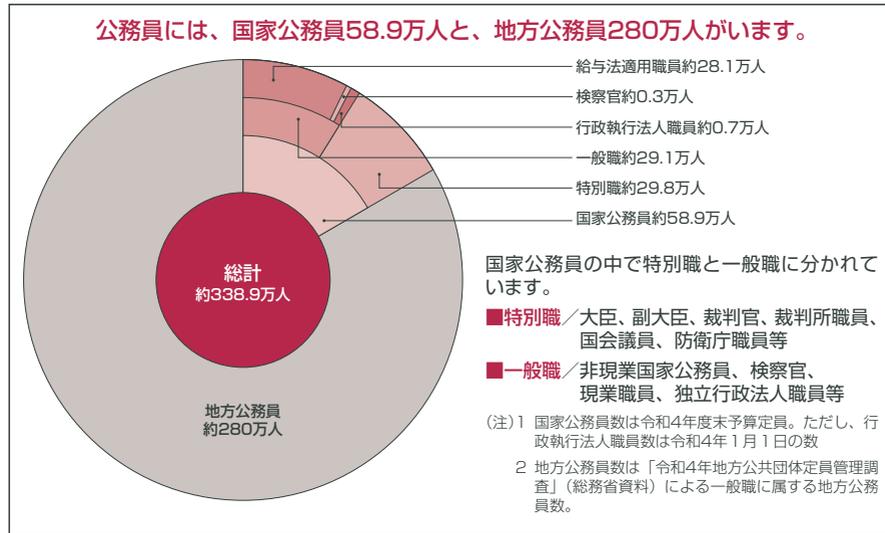
※「福祉分野への進み方」「募集・職種について」執筆にあたっては、東京都社会福祉協議会ご厚意により「ふくしのしごとがわかる本（2021年版）」、千葉県社会福祉協議会・千葉県福祉人材センターご厚意により「福祉のしごとガイドブック（2020年版）」を参考としています。

公務員・教職への進み方

公務員は、安定志向が高まっていることもあり、依然、人気の高い職種です。一口に公務員といっても、様々な職種があるので、よく調べて志望を決めましょう。試験日によって、併願が可能なのも多いです。また、公務員試験は科目が広範囲にわたっているので、十分な試験対策が必要です。

●公務員の種類

公務員には国の機関に勤務する「国家公務員」と、都道府県や市町村などの地方公共団体に勤務する「地方公務員」に大別できます。大卒程度の学力を有する人を対象に実施されている採用試験も紹介します。



◆国家公務員

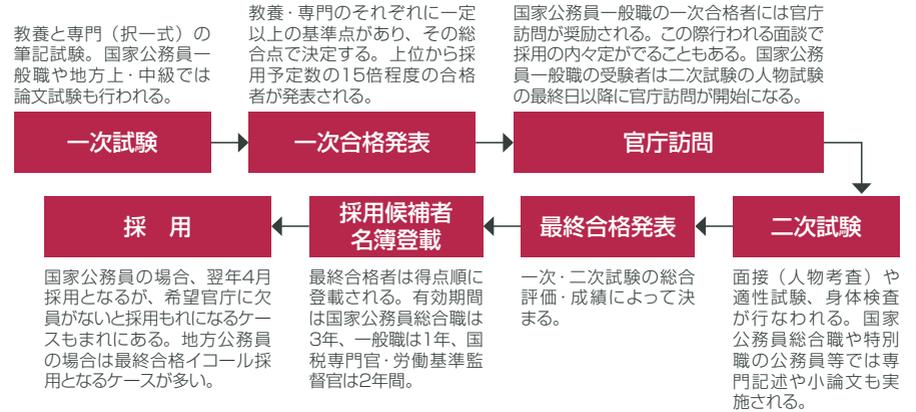
- 国家公務員総合職…キャリア組と言って政策の企画・立案、法律や諸制度の改正、事業予算の獲得、国会対応といった国家行政の重要任務に就く。
- 国家公務員一般職…各省庁の中級係員、地方出先機関の幹部候補、専門職の3パターンがある。
- 国税専門官○労働基準監督官○外務省専門職員○航空管制官○皇宮護衛官
- 法務省専門職員○財務専門官○食品衛生監視員○刑務官○入国警備官

◆地方公務員

- 都道府県・政令指定都市職員 ○東京特別区職員 ○市役所・町村役場職員
- 警察官・警察事務・技術職員 ○消防官 ○学校事務 その他

●採用試験のシステムについて

公務員試験は試験日程がパターン化していますので、日程が重ならない限り、併願することができます。また、受験者を制限するために学歴ではなく年齢によって受験資格を定めていますので、四大大生でも高卒・短大卒程度の試験を受験できる場合もあります。



●民間企業との併願について

民間企業との併願を考える場合には、就職活動の時期が公務員試験準備の時期と重なりますので、公務員試験のための勉強時間が減ることになります。また、試験準備のために就職活動で大事な企業訪問の機会が減るので、企業を絞り効率的な就職活動が必要となります。業界研究や企業研究を早めに行い、エントリーを済ませ、その後は公務員試験準備に力を注ぎ、その結果で判断しても良いでしょう。民間企業も採用数を抑えているため基礎学力(筆記試験)を重視する傾向に変わってきていますので、公務員試験の勉強が役立つことがあります。

併願を考える場合には、公務員の仕事に近い特殊法人等の非営利団体も視野に入れて考えることも良いのではないのでしょうか。

特殊法人の職員の採用については、各法人が独自に実施し、その採用活動は公務員よりも民間企業に近いです。試験内容は民間企業と変わらないところから、公務員試験に類似したものを出题するところなどがありますので、よく研究してください。応募についても毎年定期的に行うところや欠員補充といった不定期なところなどさまざまです。情報をよく集め、応募の時期を逃さないようにしてください。

【参考資料・サイト】

- 地方公共団体情報システム機構 <https://www.j-lis.go.jp>
- 国家公務員試験採用情報NAVI <https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>
- 公務員試験受験ジャーナル(雑誌)
- 過去問題集

教員採用試験

公立学校の教員を目指すには、試験に向けて早期からの学習が重要です。4年次には、教員採用試験の直前まで教育実習が行われますので、2～3年次の早期から計画的に学習を進めましょう。また、近年の教員採用試験においては、一次選考から面接を実施するなど、人物評価がより重要視される傾向にあります。

●教員採用試験の基礎知識

公立学校の教員は、身分としては地方自治体の「地方公務員」です。各都道府県及び政令指定都市の教育委員会によって行われる教員採用試験を受験し合格することで、公立学校の教員として採用されます。教員採用試験では校種・教科ごとに募集が行われ、教員として採用される年度の4月1日までに教員免許が取得できる見込みであれば、志願することができます。

●教員採用試験の内容

受験する自治体や校種によって、試験科目や内容は異なります。まずは志望する自治体の試験内容について、各教育委員会のホームページなどで調べましょう。

採用試験では一般的に一次選考と二次選考が行われます。一次選考では、マークシート方式による筆記試験を中心に幅広い知識が問われるほか、最近では面接を行う自治体も増えています。二次試験では、個人面接や模擬授業により教員としての適性や資質が問われます。

一般選考の試験内容例（※受験年度、教科や学校種により異なる場合があります。）

自治体	一次選考	二次選考
東京都 (令和5年度実施内容)	教職教養(60分)/専門教養(60分) 論文(70分)	個人面接/実技(一部の教科のみ)
千葉県 (令和5年度実施内容)	教職教養(30分)/専門教科(60分)/ 集団面接	個別面接/模擬授業/適性検査/ 実技(一部の校種・教科のみ)
神奈川県 (令和5年度実施内容)	教科専門試験(60分)/ 一般教養・教職専門試験(60分)/論文(60分) ※論文は二次試験実施の際に評価	模擬授業(協議含む)/個人面接/ 実技試験(一部の校種・教科のみ)
埼玉県 (令和5年度実施内容)	専門分野(60分)/一般教養・教職科目(60分) /集団面接	個人面接/論文試験/適性検査/ 実技試験(一部の校種・教科のみ)/集団討論
茨城県 (令和5年度実施内容)	教職専門(30分)/専門教科(90分)	小論文/集団討論 個人面接 実技試験(一部の校種・教科のみ)/ 口述試験(英語)

●教員採用試験の実施時期

実施する自治体ごとによって募集要項の配布時期・出願時期は異なりますが、殆どは3～4月頃に各都道府県の教育委員会のホームページにて公開され、出願受付が開始されます。

一次選考の試験日が重ならない限り、複数の自治体の試験を併願することは可能ですが、地域ごとに試験実施日が統一されている場合が多く、現実的には隣接する自治体を併願することは難しいでしょう。

(教員採用試験の受験から採用までの流れは、P42～43を参照してください)

●教員採用試験に合格すると…

教育委員会が行う教員採用試験に合格=教員として採用、というわけではありません。教員採用試験の合格者は、「採用候補者名簿」に登録されます。採用候補者名簿への登録期間は原則として次年度の4月1日から1年間です。次年度の4月から必要となる教員数の需給調整が行われ、教育委員会や学校長との面接を経て正式な採用が決定します(千葉県の場合、合格者側による特別な事情がない限り、ここ数年は名簿登載者全員が採用されています)。

●臨時採用教員(臨時的任用教員・非常勤講師)

教員採用試験に合格できなかった場合、教育委員会へ講師登録を行うことにより「臨時採用教員」として学校に勤務することができます。臨時採用教員とは正規の教員に欠員が生じた場合に任用される教員のことで、常勤講師と非常勤講師の2種類の雇用形態があります。講師として必要な登録手続きを行うと、臨時的任用候補者名簿に登録され、面接を経て配属校が決定されます。臨時採用教員は教員採用試験の一次選考合格者から順次採用される傾向にあるため、希望者は早めに講師登録の手続きを行いましょう。

また、講師経験者が教員採用試験を受験する際、任用時期や期間などの一定の条件を満たすことにより、特例選考の対象となる場合があります。

●学内で実施している教員採用試験の対策

キャリア学内支援室では、教員を志望する学生を対象とした試験対策講座・模擬試験・ガイダンス等を実施しています。

教員採用試験対策講座	年間を通じて実施されている学内教員による採用試験対策講座です。各専門分野ごとに実施の「個別講座」と、学年別に一斉実施する「共通講座」があります。毎年4月下旬にオリエンテーションを実施し、時間割を配布しています。(学生の受講費用はかかりません。)
教員採用模擬試験	学内にて実施する全国型の模擬試験と、独自の問題による模擬試験を年間通じて実施しています。学習達成度や弱点を確認する機会となります。
二次試験対策講座	教員採用試験の一次選考合格者を対象に、面接対策や模擬授業等について指導を行います。
教員採用試験ガイダンス	教育委員会の教職員採用担当者を講師に迎え、求められる教員像、採用動向、採用試験などに関するガイダンスを実施しています。

●保育・教職課程センターについて

淑水記念館1Fに「保育・教職課程センター」があります。教員採用試験や保育士・幼稚園教諭の公務員試験に関する情報提供や、学習の進め方等について随時相談することができますので活用してください。

●大学卒業後に教員免許を取得するには

大学の卒業資格(学士)を持っていれば、教員養成大学に編入し、1～2年で教員免許を取得することができます。

●私立学校教員採用について

私立学校の教員になる場合、一般企業と同様に各学校独自の選考基準に基づいて採用試験選考を実施しています。私立学校の教員として就職を希望する場合、それぞれの学校の募集計画や試験内容などを各自で確認し、対策を立てる必要があります。

公務員試験対策の1歩目はSドリルを始めよう!

公務員試験対策、何から始めればいいのか分からない…。



こんなお悩みありませんか?

そんなときはまずSドリルSPI対策コース!

■なぜ公務員試験対策にSPI? 理由①

公務員試験の教養試験とSPIには共通する分野がたくさんあるんです!

速さ

A、Bの2人が自転車でそれぞれ一定の速さで進んでおり、Bの速さはAの速さよりも1m/sだけ速い。Aが全長90mのトンネルに進入した4秒後にBもトンネルに入り、Aがトンネルを抜けた3秒後にBもトンネルを抜けたとすると、Aの速さは何m/sか。

1. 5m/s 2. 6m/s 3. 7m/s
4. 8m/s 5. 9m/s

千葉県職員教養試験令和3年度公表分より

長さ500mの鉄橋がある。この鉄橋を長さ250mの列車が時速54kmで渡り始めてから渡りきるまでに何秒かかるか。AからJまでの中から1つ選びなさい。

- A 35秒 B 36秒 C 39秒 D 41秒
E 43秒 F 45秒 G 47秒 H 49秒
I 51秒 J Aからのいずれでもない

SドリルSPI模擬テストより

確率

1～6の目がある3個のサイコロを同時に振ったとき、出た目の数の合計が16になる確率はいくらか。

1. $\frac{1}{18}$ 2. $\frac{1}{24}$ 3. $\frac{1}{27}$ 4. $\frac{1}{36}$ 5. $\frac{1}{54}$

千葉県警察官B教養試験令和3年度公表分より

2つのサイコロを同時に投げた。サイコロの出た目の数の和が10以上になる確率はいくらか。

- A $\frac{1}{7}$ B $\frac{1}{6}$ C $\frac{1}{5}$ D $\frac{1}{4}$
E $\frac{2}{7}$ F $\frac{1}{3}$ G $\frac{2}{5}$ H $\frac{3}{7}$
I $\frac{1}{2}$ J Aからのいずれでもない

SドリルSPI模擬テストより

推論

A～Dの4人に、赤、青、黄、緑の4色の中から2色ずつ選んでもらったところ、次のようであった。このとき正しく言えるのはどれか。

- ・Aは、緑を選んだが青は選ばなかった。
- ・赤を選んだ人、青を選んだ人は共に2人であった。
- ・緑を選んだ人はCを含めて3人いた。
- ・赤と黄の両方を選んだ人が1人だけいたが、それはDではなかった。

1. Aは黄を選んだ。 2. Bは緑を選んだ。
3. Cは赤を選んだ。 4. Dは青を選んだ。

千葉市職員教養試験例題より

P、Q、R、Sの生徒は1人1匹以上の猫を飼っていて、4人合計で8匹の猫を飼っている。

- Pの他にもう1人、Pと同じ数の猫を飼っている人がいる。
 - Qの他にもう1人、Qと同じ数の猫を飼っている人がいる。
 - Rは3匹の猫を飼っている。
- Sが飼っている猫の数はどれか。当てはまる数字をすべて選択せよ。

答え: 1 2 3 4 5 6

SドリルSPI解答のテクニックより

■なぜ公務員試験対策にSPI? 理由②

公務員試験の教養試験としてSPIを導入している自治体が増えているんです!

令和5年の職員採用試験にSPIを導入している自治体(千葉県)

銚子市・市川市・佐倉市・柏市・八千代市・袖ヶ浦市・匝瑳市

近隣の都県でも多数!

茨城県: 龍ヶ崎市・ひたちなか市・常陸大宮市・つくばみらい市・小美玉市

埼玉県: 行田市・所沢市・飯能市・狭山市・草加市・志木市・和光市・八潮市・坂戸市・日高市・ふじみ野市

東京都: 府中市・調布市・町田市・国分寺市・狛江市・東久留米市

神奈川県: 横須賀市・平塚市・藤沢市

Sドリル 千葉SPI対策コース 教材一覧

模擬テスト

近年、パソコンで受検するテストが増えています。企業のテストを受ける前に、模擬テストで練習をしておきましょう! SPI以外にも玉手箱、TG-WEB、Web-CABを収録しています。玉手箱はインターンシップの選考で最も利用されています。必要に応じて対策をしておきましょう!



解答のテクニック

分野別解答のテクニックを読んで、解き方のコツをマスターしましょう! 分からない問題は算数・数学の復習まで遡って学習をすることができます。

演習問題

1セット10分程度で解ける問題セットを出題パターンごとに収録しています。手軽に取り組みできるので、隙間時間にコツコツ取り組みましょう!

Sドリル 千葉SPI対策コース アクセス方法

<https://lines-spi.education.ne.jp/shukutokuc/>

ユーザー ID: S-NaviのID

パスワード: 生年月日の西暦下2桁と月日4桁

(例: 生年月日が「2002年9月13日」の場合のパスワードは、「020913」です。)



公務員採用試験の流れ

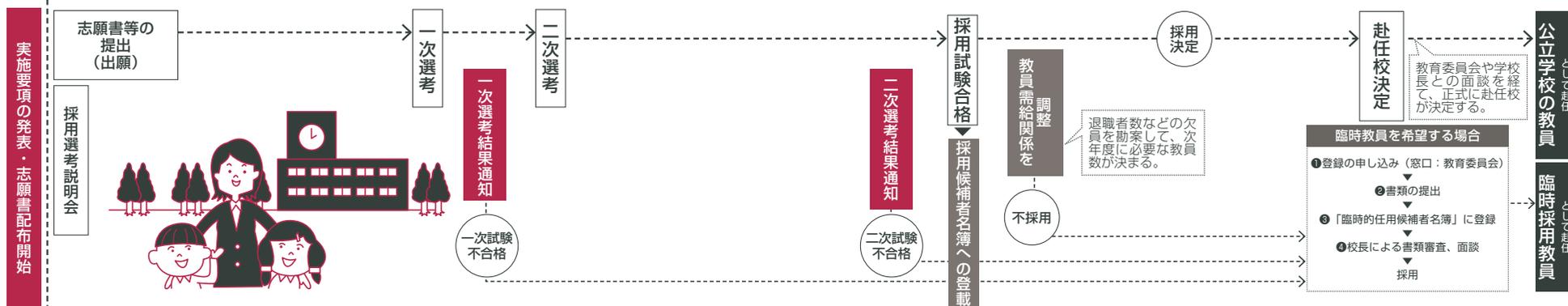
●“決戦”は来年7～9月！出願手続きは3月下旬から。

採用試験は7月に一次試験が行われますが、それに先立って、出願の手続きが必要です。さらにそれ以前には出願に必要な提出書類の準備があり、提出書類の中には、すぐには入手できないものもあるので、余裕を持った準備が大切です。そのためには、志望する自治体の募集要項を早めに入手することが肝心です。

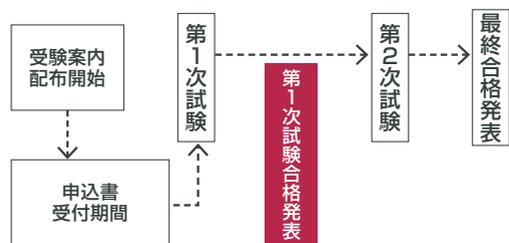
公務員の採用試験のスケジュールは、県ごと、組織ごとに異なります。希望職種の採用試験のスケジュールは必ずチェックしておきましょう。



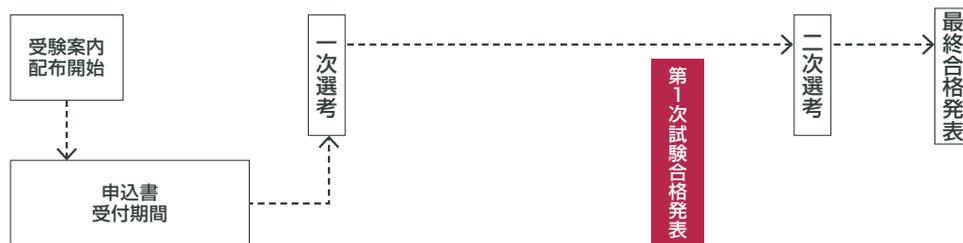
■千葉県教員採用試験日程



■千葉県職員採用上級試験の日程(保健師・管理栄養士ほか)



■千葉県職員採用中級試験の日程(保育士・栄養士・司書ほか)



幼稚園・保育所・認定こども園への進み方

●幼稚園、保育所、認定こども園

それぞれの施設は、次の表のような違いがあります。

	幼稚園	保育所	認定こども園
取得すべき資格	幼稚園教諭	保育士	保育教諭 (保育士資格及び幼稚園教諭免許を有するもの)
施設の区分	学校	児童福祉施設	学校 児童福祉施設
設置者	国(国立) 地方公共団体(公立) 学校法人(私立)	地方公共団体(公立) 社会福祉法人(私立) 学校法人、NPO、 宗教法人、株式会社など (私立)	地方公共団体(公立) 学校法人(私立) 社会福祉法人(私立)
管轄省庁	文部科学省	厚生労働省	内閣府 文部科学省 厚生労働省
根拠法令	学校教育法	児童福祉法	・子ども・子育て支援法 ・就学前の子どもに関する教育、保育等の総合的な提供
対象児	満3歳から就学前の幼児	保育を必要とする乳児及び幼児	0歳～就学前のすべての乳児及び幼児
保育内容の基準	幼稚園教育要領	保育所保育指針	幼保連携型認定こども園教育・保育要領

●保育所以外の福祉施設

保育士資格があると、次の施設も就職先として選ぶことができます。施設により、業務内容や採用条件などが違うため、そういったことも踏まえて志望先を決めます。

児童養護施設、乳児院、母子生活支援施設、障害児通所支援の施設(児童発達支援センターなど)、障害児入所支援の施設、児童心理治療施設、児童自立支援施設、児童館、児童家庭支援センター など

●就職活動の流れ

公立私立、地域や各施設によって採用スケジュールや選考内容が大きく異なります。キャリアセンター、保育教職課程センターや先輩の話など聞いて、志望先の採用情報を事前によく調べておきましょう。進め方は、次の図を参考にしてください。

<公立保育所・幼稚園・その他の施設>

①就職候補市町村を絞り込む(複数可)

【手順1】

- ・市町村のホームページを見る(保育所、幼稚園の運営方法、子育て支援の特色、雇用条件など)
- ・受験日、受験要項等確認
- ・先生や友達から情報を得る

②受験先決定

(※公立は、複数の市町村を並行して受験することが可能)

- ・エントリーシート(市町村所定のもの)
- ・一次試験(筆記)を受験する

③合否の連絡をもらう

合格

- ・二次試験(適性検査、集団討議、個人面談、模擬保育、など)
- ・三次試験

④手続きをする

不合格

他地区の試験を頑張る!

<私立保育所・幼稚園・その他の施設>

①就職候補園を絞り込む(複数可)

【手順1】

- ・就職フェアなどに参加する
- ・先生から情報を得る
- ・友達から情報を得る
- ・園のホームページを見る(運営方針、特色、雇用条件など)
- ・実際に出勤し、地域を確認する

【手順2】

- ・園側に電話をして園見学をさせていただく。
- ・募集があるか確認する

②受験先決定(※私立の施設は、1園ずつ受験をする)

- 私立施設は希望順に受験する
- ・エントリーシート(履歴書)を書く
 - ・受験する(面接、適性検査、作文、実習など)

③合否の連絡をもらう

合格=決定

不合格

④手続きをする

第2希望

- ・エントリーシート(履歴書)を書く
- ・受験する

※企業運営の保育所は、複数受験し内定をもらうこともできますが、企業によっては縛りがあるので、確認しましょう。

一般企業への進み方

エントリーは幅広く

就職活動を進めるうちに、自分の興味の対象や価値観が変わっていくのはよくあること。エントリーの段階では業種や企業を絞りすぎないようにしましょう。自由応募の採用形式をとっている企業では、何らかの形でエントリーしてきた学生のみを採用対象と考え、その後の採用スケジュール告知を行います。後から「この企業も受けてみたい」と思っても、エントリーが締め切られていると、応募の権利が得られないことも。少しでも興味、関心がある業種、企業にはアプローチしておきましょう。

なお、どのような方法でエントリーを行えばよいかは、各企業によって異なります。求人票や就職情報サイト、会社のHP、電話などで確認しましょう。

●WEBエントリー

WEBエントリーとはインターネットを利用し受験意思を伝える行為のシステムで、企業の採用ホームページや就職情報サイトのエントリー専用フォームに必要な事項を記入、送信することによって行います。

ポイント①…事前の自己分析と企業研究が大切。

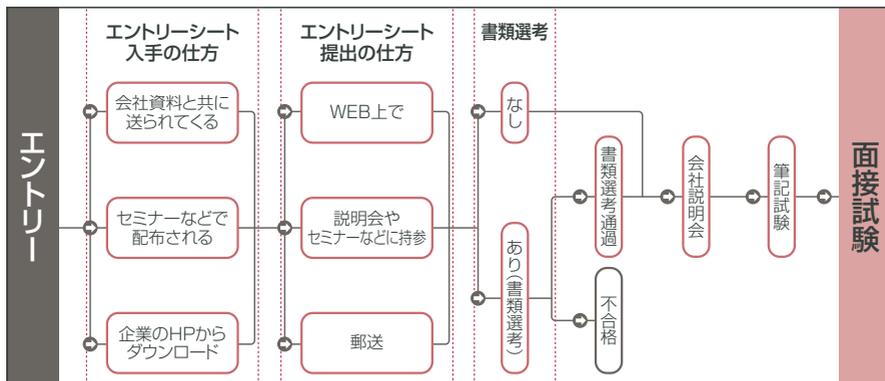
WEBエントリーの際、簡単なプロフィールだけではなく、志望動機や自己PRに関することについても入力するように求める企業があります。事前にある程度の自己分析と企業研究を行い、簡潔な言葉で「なぜ志望したのか」「こんな長所があるので仕事で役立ててみたい」ということを書いて送信しましょう。その企業に合わせた「入社意欲込み」を一言書いて、他の志望者と差別化ができるように心がけましょう。

ポイント②…履歴書・エントリーシートの事前準備をしましょう。

企業によっては、入力文字数や入力時間に制限を設けている場合があります。あらかじめパソコンなどを用い、基本的な志望動機や自己PRを作成しておき、それをエントリーする企業に合わせて修正し、活用していくとよいでしょう。

●エントリー方法

まず初めにエントリーシートの提出から採用をスタートさせる企業が大多数です。設問項目は、通常の履歴書にある項目と、その企業独自の項目を合わせて聞いてくることが多いようです。エントリーシートの審査を、一次選考とする企業が少なくありません。自己分析や企業研究を十分にしていないと書けない部分も多いので注意が必要です。



■エントリーシートの役割

(1)書類選考

エントリーシートは応募人数を絞り込むことが目的。採用担当者は、その内容を見て次の選考に進めるかどうか決めるのです。この時点で不合格になると、面接を受けることはできなくなります。

(2)面接時の資料

エントリーシートの記入内容は、面接試験の重要参考資料となり、色々な質問をぶつけられます。提出前には必ずコピーをとり、面接前に内容を確認しておきましょう。

■企業の評価の視点と質問例

(1)入社意欲があるかどうか

- 当社への志望動機を記入してください
- 当社でどのような仕事をしてみたいですか

「なぜ当社を志望したのですか」という質問に、その「業界」を志望した理由を書くだけでは×。あくまで「なぜ他にたくさんある企業の中で特別に自社を選んだのか」という理由が問われているからです。業界全体への志望動機を書いてしまえば、同業界なら他のどこでもいいと判断される場合もあります。「志望動機が弱い＝入社意欲に疑問がある」と採用担当者は感じるのです。

(2)仕事に対する適性があるかどうか

- 自分のセールスポイントを具体的な理由を持って記入してください
- あなたが他者に一番誇れることは何ですか

これらの質問は、単に「自分の良いところをあげてください」と聞いているわけではありません。「自分の良いところを、こんな風に仕事に活かせると考えている」ということが問われています。

(3)性格・人柄などは企業風土に合っているかどうか

- 学生時代に最も熱心に打ち込んだことは何ですか
- これまでの人生の中で最も熱中したことは何ですか

「学生時代に熱中したことは何ですか」という質問は「学生時代に熱中したことの説明を通して、自分の良いところや自社に対する適性をアピールしてください」ということ。「〇〇に熱中しました」だけでは不十分で、「〇〇という理由から□□に打ち込みました。そして△△、という成果を得たので、××のように活かせると思っています」というところまで具体的に記入があって、はじめて読み手は採用したい人かどうかの判断ができます。

■記入の際のポイント

◎個性を出し印象づける

担当者は大量のエントリーシートを見えています。「粘り強い」「協調性がある」といった一般的な言葉でPRしているだけでは、相手の印象に残るシートにはなりません。キャッチコピーをつけたり、具体的なエピソードを引用するなどの工夫をしましょう。特にフリースペースは個性を出しやすい箇所です。文字だけではなく、図表や絵を使って表現するのも良いでしょう。記入の際に注意する点は履歴書・自己紹介書と基本的には同じです。

会社説明会の参加方法

会社説明会や会社訪問は、志望している企業が自分にとって合っているかを確認することができ、会社案内やホームページではわからない会社の雰囲気を感じとれる機会です。積極的に参加しましょう。

●会社説明会のポイント

- 「説明会」の後に、筆記試験や面接など選考が行われるケースもあります。事前にしっかりと内容を把握しておきましょう。
- 人気企業には予約が殺到します。志望企業の説明会には早めに予約しましょう。
- 多くの企業が同時期に説明会を行います。日程が重ならないようにスケジュール管理をしましょう。

会社説明会の参加予約の注意点

ほとんどの企業が事前予約制です。最近ではWEBエントリーの際に、会社説明会の予約を行うケースもあります。人気企業は定員オーバーで参加できなくなることもあるので、早めに予約をとりましょう。

会社説明会の情報を入手するのは

【インターネット】

就職情報サイトや企業のホームページなどから開催情報を入手できます。早めに確認しておきましょう。

【キャリア支援室】

キャリア支援室には、業界別セミナーや合同企業説明会などの最新情報が掲示されています。

会社説明会の種類

【企業別説明会】

各企業が単独で開催する説明会。人事をはじめ各部署の社員も参加することが多く、社内の雰囲気などを肌で感じられる貴重な機会です。筆記試験の実施やエントリーシートの提出など、一次選考を兼ねる場合もあります。

【合同企業説明会】

就職情報会社や自治体などが主催し、複数の業界、多数の企業が集まる説明会。今まで知らなかった企業と新たに出会えるメリットがあります。

【学内セミナー】

企業人事担当者を本学にお招きする淑徳大生だけの合同企業説明会です。この説明会で出会った企業から内定をもらった先輩が数多くいます。

【会社訪問】

志望している会社を訪問し、社内の雰囲気、施設や設備を見学させてもらうことです。人事担当者に可能かどうかたずねてみましょう。

選考される心構えで参加する

会社説明会では、その場で自己紹介カードやエントリーシートの記入を求められることがあります。また、終了後に筆記試験や面接が行われる場合も、実質的な一次選考と考え、しっかり準備しておきましょう。

●会社説明会での質疑応答について

殆どの会社説明会では質疑応答の時間があります。その会社に興味を持っていることをアピールするためにも、できる限り質問するようにしましょう。会社側は意欲ある積極的な人材を求めており、多くの場合は質問した人やその内容を記録しています。

●質問の例

- 主な仕事内容と1日のスケジュール
- 今後のビジョン
- 転勤する場合はどのような地域なのか

※「給与」「休暇」「残業」などの質問は、聞き方によっては良い印象を持たれず、敬遠される場合もあります。
※また、会社案内やホームページを見ればわかるような内容は事前に調べておきましょう。

●会社説明会・会社訪問のチェックポイント

□持ち物は前日にチェックする

筆記用具やノートをはじめ、提出書類、会社案内、その企業の情報が掲載されているインターネットのプリントアウトなど必要なものは事前に用意しておきましょう。

□マナーに気をつけ第一印象を大切に

説明会や会社訪問当日は、受付をはじめ、多くの社員に注目されています。元気な挨拶、学生らしいハキハキとした好感の持てる態度、身だしなみを意識しましょう。

□積極的な姿勢でのぞむ

ただ「参加すればよい」という姿勢はNGです。企業にとっては、メモをとっている、うなずいているなどの反応で一人一人の意欲を測っているケースがあります。

□自己PR・志望動機をまとめておく

説明会では、自己紹介カードの記入が求められたり、面接が行われる場合があります。自己PRや志望動機は事前にまとめておきましょう。

□日程が重なったら

ピーク時になると、1日に数社の説明会に参加する場合があります。もし志望企業の説明会が重なってしまったら、別の日程を調べた上で、自分の中で優先順位をつけて参加しましょう。

●Web説明会についてはP62 をチェック!



看護師・管理栄養士等への進み方

●コミュニケーション能力を身につけよう

看護師・管理栄養士などの就職でも、コミュニケーション能力が重視されています。

たとえば管理栄養士の場合、病院、社会福祉施設、小・中学校、産業給食施設、企業の健康管理部門など職域が広く、「食」を通じて「人」と関わる必要があります。食生活に関するカウンセリングやアドバイスを行うわけですから、「食」についてわかりやすく説明し、相手の食事やライフスタイル、考え方を理解するために話を聞き、信頼関係を築いて継続していけるよう、知識と同様に、高いコミュニケーション能力も身につける必要があります。

チーム医療においても、医師、看護師、理学療法士、歯科医師、歯科衛生士といった各スペシャリストと意見交換しながら業務を進めていくため、コミュニケーション能力は必要不可欠です。

就職後にスキルを磨く方法もありますが、できれば就職前からコミュニケーション能力を意識し、スムーズに職場に溶け込めるよう準備をしておきましょう。

●焦らずに計画的に行動しよう

病院等医療機関への活動プロセスは、見学会、インターンシップ、説明会への参加です。現場の実情を知ることが大切となります。4年次進級までには授業・実習を通して将来の目標を設定しましょう。

管理栄養士の求人、一般職に比べ就職活動時期が長くなっています。就職が決まっていないうちからと焦らずに、自分自身で就職活動スケジュールを立てて計画的に行動するようにしましょう。

公務員の採用試験は、一次を経て、二次、三次試験へと進み、内定まで三カ月程度費やす場合があります。

また、地方自治体の中には8月以降や年を越えて募集する所もありますが、筆記試験対策は早期に行いましょう。また、面接対策は地域の特徴を捉えた情報収集が重要となります。

●看護師・保健師の就職について

急速に進む少子高齢化という人口年齢構成の変化、それに伴う疾病構造の変化が看護・福祉の需要の拡大につながり、社会的なニーズは高まるばかりです。「看護師」や「保健師」の国家資格を取得した後、さらに幅広い分野の実践経験を積むことで、将来の進路の幅が広がります。病院はもちろん、介護老人保健施設や訪問看護ステーション、保健所、教育機関など、就職先も多彩です。

本学では、卒業時点で保健師になる人は少数ですが、就職して数年経ってから、「保健師」の道を選ぶ人もいます。就職後、保健師を希望される方は、大学のキャリア支援室までご相談ください。

病院	保健所、保健センター	介護老人保健施設
訪問看護ステーション	教育、研究機関	大学院

●管理栄養士の就職について

栄養学や健康管理に関してより高度な知識と技術を有し、病院や学校などの給食施設において栄養管理や健康増進、傷病者に対する療養のために必要な栄養の指導を行う人を「管理栄養士」と呼びます。病院や学校などの給食センターやスポーツクラブ、さらに食生活のコンサルティングやスポーツ選手の栄養管理など、多方面での活躍が期待されています。また近年、企業の研究所や食品業界では、その知識と技術の高さから求人ニーズが増えています。

管理栄養士の就職先は、近年、多種多様です。生きるために不可欠な、食や健康に関する諸問題に適切に対応できる栄養の専門家は、病院や学校、介護施設、大学や企業の研究室等の研究・教育機関、保健所、さらに地域活動など幅広い分野で求められています。どんな職場でどんな働き方をしたいか、じっくり考えて就職先を選びましょう。

なお、保育園などの給食施設では、就職試験で実技試験を課す場合もありますので、実技試験の有無をよく確認するとともに、日ごろから調理技術を磨いておくことが必要です。

病院	学校	食品メーカー
栄養研究機関	福祉施設	給食施設・企業の健康管理部門
調剤薬局・ドラッグストア	飲食店・レストラン	自治体

Column 看護師の卒業後のキャリアアップ

高度かつ専門化が進む医療の現場において、看護ケアと看護の質の向上のために日本看護協会が発定させた看護スペシャリストの認定資格が専門看護師と認定看護師です。さらに、資格取得後も更新制度があります。

●専門看護師

「実践」「相談」「調整」「倫理調整」「教育」「研究」の6つの役割を担います。指定の看護系大学院修士課程を修了し、同協会が定めた専門看護分野の単位を取得します。

●認定看護師

看護の「実践」、後輩看護職への「指導」と「相談」の3つの役割を担います。実務経験5年以上が必要で、認定看護師教育課程で6ヶ月間学んだのち認定審査を受けます。

Column 管理栄養士の資格を取得する

まずは栄養士資格を取得し受験資格を得てから、管理栄養士の国家試験に挑みます。試験概要は毎年厚生労働省より発表されます。試験は3月上旬ごろです。

新卒者の合格率は9割強ですが、既卒受験になると、働きながら勉強することになり、合格率は低くなります。卒業時に合格することがよいでしょう。

第37回管理栄養士国家試験学校区別合格者状況（2023年3月24日発表）

	受験者数(人)	合格者数(人)	合格率(%)
管理栄養士養成課程 (新卒)	9,444	8,235	87.2
管理栄養士養成課程 (既卒)	1,372	136	9.9
栄養士養成課程 (既卒)	5,535	883	16.0

(出典：厚生労働省)

履歴書の書き方

●履歴書とは

- 志望企業に提出する正式なビジネス文書であり、エントリーシートと並ぶ就職活動の必須書類です。
- 選考の資料として利用されるほか、入社後も会社に保管される重要な書類です。

履歴書		
フリガナ	シュク トク シズ カ	
氏名	淑徳 静香	
生年月日	2002年 5月 1日生(満21歳)	
フリガナ	チバケン〇〇シ〇〇マチ	
現住所	〒000-0000 TEL(000)-0000-0000 携帯(000)-0000-0000 千葉県〇〇市〇〇町〇丁目〇番地〇号	
E-Mail	XX0000@stu.shukutoku.ac.jp	
最寄駅	JR外房線 蘇我駅(徒歩) 自転車・バス 10分	
フリガナ		
連絡先	〒 - TEL() -	
<small>(連絡先欄は欄外以外に連絡を希望する場合のみ記入)</small>		
学 歴 ・ 職 歴		
年	月	学 歴 ・ 職 歴
2018	3	〇〇市立〇〇中学校 卒業
2018	4	千葉県立〇〇高等学校 普通科 入学
2021	3	千葉県立〇〇高等学校 普通科 卒業
2021	4	淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 入学
2025	3	淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 卒業
職 歴		
		なし
		以上

写真

- 3ヶ月以内に撮影した縦4cm×横3cmの証明写真。
 - はがれた時のために、写真の裏には大学名・学部・学科・氏名を記入。
 - 写真館で撮影。リクルートスーツ姿で撮影する。
 - 清潔感・明るいイメージを与えるように意識。
- ※襟もと、ネクタイの結び目、髪が顔にかかって影ができないように注意。

日付

- 提出日または投函日。履歴書中の日付はすべて西暦で統一。

年齢

- 誕生日が提出日前後の人は年齢に注意。

氏名(フリガナ)

- 文字は、自信をもって、大きく、丁寧に。姓と名が区別できるよう配慮する。
- 「フリガナ」はカタカナで書く。
- ※「ふりがな」はひらがなで。

電話番号/メールアドレス

- 自宅の電話番号だけでなく、携帯電話番号も記入しておく。
- 必ずパソコンのメールを記入する。

住所

- 郵便番号、都道府県、市町村名、番地、住居棟やマンション名まで正しく、省略せずに記入。
- 「フリガナ」は漢字の部分。

最終行

- 右詰めで「以上」と記載。

学歴・職歴

- 学校名は省略せずに正式名称で、義務教育修了から記す。
- 大学は学部や学科(コース)まで(大学院に進学されている方は専攻まで)明記する。
- 留学経験は1年以上で学歴に記載。
- 職歴にアルバイトは書かない。

●書き方のポイント

- 大学指定の履歴書を使用してください。キャリア支援室で入手できます。
- 各項目とも少ないスペースです。ポイントを絞って、簡潔にまとめましょう。
- 採用担当者に読まれること、面接で質問されることを意識し、誠実に、丁寧に書きましょう。

自己紹介書			
淑徳大学	総合福祉	学部	氏名
	総合福祉	学部	淑徳 静香
志望動機			
貴法人を見学させていただいた際、職員の方々が利用者一人ひとりと丁寧に関わられ、利用者の方々も生き生きと作業されている姿に感銘を受けました。貴法人の掲げる理念のもと、私の強みである積極的に働きかける力と大学での福祉の学びを活かし、貴法人の一人として、利用者の方々が生きがいを持って生活ができるよう支援したく志望いたしました。			
専攻または研究課題			
専攻：低所得者福祉			
ケースワーカーの方と生活保護受給者を訪問する実習を通し、傾聴の大切さを学びました。			
大学時代に力を注いだこと			
学習支援のボランティア：大学1年次より学習に遅れのある児童に対する学習支援のボランティアを続けています。言語的コミュニケーションを取ることが難しい児童もあり、関わり方がわからず、挫けそうになる事もありました。しかし、他のスタッフの方や児童の保護者の方と積極的に情報交換を行い、真摯に向き合うことで、信頼関係を築くことができるようになりました。この経験から、粘り強く関わり続けることの大切さを学びました。			
資格・免許			
普通自動車第一種免許(2023年10月取得)、社会福祉士国家試験受験資格(2025年3月取得見込)、社会福祉士主任任用資格(2025年3月取得見込)、児童指導員任用資格(2025年3月取得見込)			
趣味・特技			
趣味 高校野球観戦(高校では野球部のマネージャーを務めておりました。目標に向かってチーム一丸となり、最後まで諦めずに全力でプレーする球児の姿に勇気づけられます。)			
自己PR			
私の強みは「周囲に働きかける力」です。ボランティアサークルでは、約50人のメンバーの代表として、地域の夏祭りの企画・運営に携わりました。運営にあたっては、メンバーの得意分野を活かし担当業務を分担。大学の事務局や自治会の方々とも連携を取りながら、安全で老若男女が楽しめる夏祭りを実現させることができました。貴法人においても利用者ため、強みを活かし、社員・地域の皆さまと連携し、全力で職務を全ういたします。			

志望動機

- 志望先で「やりたいこと」を伝えよう。自分がやりたいことが志望先にとっても魅力的かどうか大切です。志望先が求めるニーズに対して自分が貢献していきたい強い意志を伝えましょう。

大学時代に力を注いだこと

- 学生の本業である「勉強」での取り組み姿勢を伝えます。学部・学科専攻、ゼミ、卒業研究・論文など、自分が勉強した内容に対して、その課題に取り組んだ姿勢や学び取ったことを簡潔に書きましょう。
- 部活、サークル、ボランティア、短期留学など具体的なトピックスから、今後の仕事に取り組む姿勢にも通じる成長や学びをアピールしましょう。

資格・免許

- 任用資格などの漏れがないよう、不明確な場合は履修の手引きや学生サポートセンターで確認する。

趣味・特技

- 自分の個性を深めてもらいたいチャンスです。「読書」「スポーツ観戦」というような一言記述ではなく、より親しみを感じてもらえる説明を加えましょう。

自己PR

- 自分の「強み」や「価値観」を志望先でどのように活かしていきたいかをしっかり伝えましょう。自分の強みが発揮できたエピソードや自分が持ち続けた価値観を通して、これからも仕事に対して前向きに取り組んでいけることを実証するつもりでアピールしましょう。

エントリーシートの書き方

エントリーシート（ES）とは、企業が独自に用意する応募フォームです。書式を統一することで、内容の比較が容易にできるメリットがあります。履歴書・エントリーシートでの書類選考となる場合も多くありますので、自分の魅力をアピールできるよう、慎重に記入することが重要です。

●エントリーシートの内容

エントリーシートに出題されるテーマは、自己PRや志望動機、応募者の長所・短所などを問うものです。面接の資料になることも多く、選考中もずっとついてまわるものですので、時間をかけてじっくり取り組む必要があります。

〈テーマ例〉

●「どのような人物で自社でどのように活躍してくれそうか」を問うもの

- ・あなたのキャッチコピーを教えてください
- ・学生時代に力を注いだことはなんですか
- ・あなたの強みを教えてください

●「自社をどの程度希望しているか」を問うもの

- ・この業界を志望する理由はなんですか
- ・弊社に入社したらどんなことをしたいですか
- ・具体的に、弊社のどんな職種で働きたいですか

●「その他」企業独自でかつ状況対応を問うもの

- ・この商品のプロモーション戦略を考えてください
- ・お客様からの苦情に対し、どう対応すべきか考えてください
- ・10年後はどんな世の中になっていると思いますか

●書き方のポイント

エントリーシートを書くためには、自己分析と業界・企業研究（P6～15参照）がきちんとできていることが前提となります。その上で、それぞれの設問に具体的なエピソードを交えながら記入します。PRポイントは「企業の求める人物像」に合わせて選びましょう。対策本などのコピー&ペーストは厳禁です。下記の書き方のポイントを押さえて書くようにしましょう。

〈ポイント〉

- 最初に結論を書き、次にその理由・具体例をあげる
- 具体的なエピソードとは、規模や人数、時期、具体的な行動と成果まで表現されているもの（読み手がその場面をイメージできるように）
- 千文字超えの長文は、見出しも活用する
- 一文はできるだけ短くする
- 志望企業の業務内容をふまえて書く（仕事をイメージしながら、どんな人と関わり、どんな場面で、どう強みを活かしていきたいかを考える）
- 送信内容は事前に保存しておく
- 提出期限より早めの提出を心がける

●書き方の具体例

設問が「学生時代に力を注いだこと」の下記記入例で、書き方のコツをつかみましょう。

記入例

私が学生時代に力を注いだことは、大規模サークルの会計担当を務め、会費の納付率を47%から90%まで増やしたことです。

所属する音楽サークルは、200名以上もメンバーがいる大規模サークルでした。ですから、全員からの会費の徴収が煩雑なうえ、「自分が払わなくてもいいや」と月会費を払わない人も多くいました。結果、スタジオの予約ができなくなるほど滞納率が増えていました。

この問題を解決するため、私はまず、一人ひとりにヒアリングを実施しました。すると、「払ったものと思っていた」「払い忘れた月ができる気まぜくなり払いづらい」「収入がない月には払えない」等の要因があることがわかりました。

そこで、「控え付きの領収書の発行」と、「分納」「後で一括まとめ納付」など、納付方法の改善と、彼らの状況にあわせた納付法を採用しました。結果、納付率が向上し、サークルを立て直すことができました。

この経験から、問題に対処するためには、相手の状況を理解し、それにあわせた解決策を提案することが重要だ、ということ学ぶことができました。

具体的な数値でアピール

文章を短く切ること

具体的になにをしたかを書くこと

その経験からなにを学んだのかを書くこと

志望動機

日本全国で400万社もあるといわれる企業の中で、また同業界にある多数の企業の中で、採用する側に「なぜこの会社を選んだのか」を説明するのが志望動機です。履歴書やエントリーシートのほか、面接でも何度も聞かれます。そのためにも「この会社でしたいことは何か?」「自分ができることは何か?」をまとめ、人事担当者に「なるほど、採用してみたい」と思わせる志望動機をまとめておきましょう。

志望動機の作成ポイント

●まずは徹底した企業研究から

ホームページや会社のパンフレットに記載されている言葉だけをとりあげて、自分の動機としても採用する側には何も響きません。そういうありきたりなものではなく、あなたの個人の価値観や説得力が大切です。どんなことでも、「なぜ、〇〇なのか」と、他人を説得するための理由を考えておくことが大切です。そのためにも、印象や感想ではなく、自分の意見や企業の魅力について分析し述べるのが大切です。

ポイント①…企業研究から得たことに対して自分は何を感じ、何を考えたのかを述べる。

例) 会社見学で得たこと:「会社見学をした際、～の様子からお客様に対する誠意が感じられた」



自分の意見:「御社のお客様に対するこのような姿勢は、これからの～」

●自己分析の結果と整合性

採用する側に、あなた自身を「可能性のある人材」と思わせるためにも、自分の長所、適性などを客観的に把握しておく必要があります。やりたいことやライフプランを加味した自己分析の結果、その企業を選んだと説明できるように、自己分析の結果と整合性を考えましょう。

●「その団体・会社でなければいけない」という熱意

テストの成績や技術はもちろんですが、やはり「絶対に入りたい」という熱意が最後にモノを言います。とはいえ、「入りたい」というだけでも通じません。そのため「なぜこの会社なのか?」を明確にし、「私がこの会社で働けば、こんな貢献ができます」という主張が大切です。それを自分の言葉で、自分ならではの方法で熱意を伝えましょう。

ポイント①…会社と自分との接点や、自分の意見を述べる

ポイント②…この会社へ入り何がしたいのか、そして自分を採用するメリット(貢献度)をアピールする。

●より具体的に自分の言葉で意見を書く

例えば「一流のサービスを提供する」といっても、あなたの感じる「一流のサービス」と他の人の感じる「一流のサービス」は違うはずです。そのため、「どのような一流のサービスか」が重要です。自分が他の人とどう違うのかを、自分の強みや適性と照らし合わせながら、自分の言葉で説明しましょう。また、書類提出にあたっては、面接試験を意識して書くことも大切です。

●一社ごとに対して考えること

志望動機は、応募する会社一社一社に対して考える必要があります。会社の経営方針や社風などの特徴、仕事内容は会社ごとに異なるので大変ですが、その企業に対する研究が深くなければ志望動機に説得力が生まれません。例えば、ある企業の志望動機が、そのまま同じ業界の違う企業にも通用するような志望動機では「研究不足」と判断されます。時間をかけてでも、独自の見解を述べましょう。

企業研究を深めるポイントとして、以下の点から志望動機を探ってみるのも大切です。

- ① 成長力
- ② 発展性
- ③ 商品力
- ④ サービス力
- ⑤ 流通網
- ⑥ 経営方針
- ⑦ 技術力
- ⑧ 企画力
- ⑨ 安定度
- ⑩ 事業展開
- ⑪ 社風
- ⑫ 女性の活躍度

会社見学、店舗見学、会社説明会で得た情報、OG訪問等での会話など、自分で集めた情報を書いてみましょう。独自の視点を持ち込むことは、「その会社にしか通用しない」志望動機として最も有効です。

●志望動機作成シート

志望業界
どこに魅力を感じたか この業界の何が魅力なのか? 自分のやりたいことと照らし合わせながら
志望企業
どこに魅力を感じたか 他の企業とは異なる点、独自性に注目
志望職種
どこに魅力を感じたか 自分のやりたいこと、できること、なりたい自分の姿を照らし合わせながら
入社後チャレンジしてみたいこと (希望部署・職種を含めて)
今まで学んだことや、自分の強みをその企業でどう活かすか



これまでの流れで志望理由を200字にまとめてみましょう。

面接対策

面接試験では、入室してから面接を終えて退室するまでのマナーも大きな評価ポイントになります。どんなに話の内容が優れていても基本的なマナーができていないと大きく評価を落としてしまいます。基本的な部分を押さえておきましょう。

●面接のチェックポイント

入室 ▼ 着席



- ①ノックを3回してから入室する。入室したらまず「失礼します」と挨拶
- ②自己紹介「よろしくお願いたします」と挨拶した後、お辞儀をする
- ③担当者に勧められてから着席する

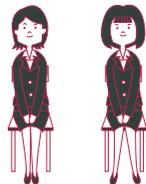
入室後の正しいお辞儀の仕方

- 気をつけの姿勢をとり背筋をのばす
- かかとをつける。つま先は開きすぎない
- 手は指先まで伸ばす
- 一度相手に注目する
- 上体を腰から曲げる
- 手の位置は男性の場合は横、女性の場合は自然に前の方に下げる



面接中

- ①椅子にはあまり深く腰掛けず、背もたれには寄りかからない
- ②背筋を伸ばす
- ③手の位置は、男性は軽くこぶしを握りひざの上に置き、女性は両手を重ねたものの上に置く
- ④目線は相手の肩間のあたりへ（伏し目にならないこと）
- ⑤声は大きく、できるだけゆっくりと語尾までハッキリ発音する



面接終了 ▼ 退室



- ①面接が終了したら椅子の横に立ち、「ありがとうございました」と挨拶する
- ②退室する際は一度扉の前で立ち止まり、担当者の方を向いて「失礼します」と挨拶してから退室する

面接のマナーと心構え

第一印象が大切！ 身だしなみは大丈夫？

- ▶ ●大きな声でメリハリのある挨拶をしましょう。
- ▶ ●スーツにシワが入っていないかなど、きちんとした身だしなみを心がけましょう。

自己PRポイントは きちんと伝えましょう。

- ▶ ●自分のPRポイントを再確認。
- ▶ ●伝えたいことはまとめていますか？

志望動機は きちんと伝えましょう。

- ▶ ●会社ごとに志望動機は異なるはず。
- ▶ ●ここは手を抜かず、しっかり準備を。

自己PRと志望動機は面接の2大重要ポイント！
最低限この2つは自分なりにまとめて面接に臨みましょう

面接官に 誠意が伝わるように。

- ▶ ●きちんと面接官の目を見て話す。

面接官の雰囲気 飲まれないように。

- ▶ ●深呼吸などリラックスする方法を身につけましょう。
- ▶ ●明るく元気よく心がけましょう。

質問の意図が 分からない時は？

- ▶ ●分からない場合はうやむやにせず、素直に面接官に質問しましょう。

グループ面接が苦手。

- ▶ ●質問の答えは要点をまとめて端的に。
- ▶ ●他の学生が答えている間も気を抜かない。

自分を飾りすぎて いませんか？

- ▶ ●よく見せたい気持ちはわかりますが、本当の自分を伝えることが大切です。

話し方は大丈夫ですか？

- ▶ ●早口、棒読み、学生言葉はNGです。相手が聞きやすいスピード、マナーに気をつけ、気持ちをこめて。

面接は受けたままにせず、次につなげるためにも必ず振り返りましょう。良かった点、悪かった点を分析し、悪かった点は自分なりに克服して、次に備えましょう。

面接試験

面接試験は採用試験の中でも最も重要視されるものです。エントリーシートや履歴書では表現しきれない、みなさんの人間性そのものを直接アピールできる大切な場となります。

(1) 面接官とのコミュニケーションが大切

面接試験では質問にそつなく答えることよりも、面接官との会話を通し、いかに「コミュニケーション」を取れるかが重要です。用意してきた回答をすらすら答えるのではなく、自分自身の言葉で考えを語り、面接官とのキャッチボールをすることが大切です。

(2) 相手は面接のプロフェッショナル

面接の担当者は、いわばプロフェッショナルです。極度の緊張を強いられる面接試験の場では、ちょっとした表情や仕草、口調にみなさんの「本心」が出てしまい、担当者はそれを見逃しません。事前に十分準備した上で、飾らない「本当の自分」を表現する気持ちで面接に臨みましょう。

(3) 自信を持って自分を表現

自信を持って自分の考えを面接官に伝えるためには、志望動機や自己PRをしっかりと固めるといった「事前の準備」が必要です。何を質問されても自分なりの考え方を具体的に伝えられるようになるまで準備をしておけば、面接試験は恐れるものではありません。

(4) 面接は「慣れ」が肝心

最初の頃は緊張して、なかなか自分を出せなくても、回数を重ねて慣れていくうちに面接の技術は向上していくものです。模擬面接を受けてみる、練習のつもりでいくつか面接試験を受けるといった方法で回数をこなし、その度にどこが悪かったのかを振り返り、次回に活かしていきましょう。



■面接試験で聞かれる質問

面接試験で必ず聞かれる事項として①自己PR②志望動機③学生時代に頑張ったことがあげられます。面接官は様々な角度でかなり突っ込んだ質問をしてきます。質問の意図を理解して、日頃からエピソードをまとめておき、それぞれの質問に対処しましょう。

面接試験でよく聞かれる質問

①なぜ当社を志望したのですか？入社後どんな仕事をしたいですか？

- どれだけ本気で入社を考えているのか
- 企業研究を十分にしているか
- 仕事の内容を把握しているか
- 研究の結果として志望理由に説得力があるか
- 会社にどれだけ貢献できる人間か

②自己PRをしてください。

- 自分についてきちんと語れるか
- アピールすることがまとまっているか
- 何かに情熱を注ぎ、取り組める人か
- 取り組んだものから得たものがあるか

③ 学生時代に頑張ったことは何ですか？

- 物事にどうやって取り組んできたか
- 目的を設定し、確実に実行することができるか
- 他人に働きかけ巻き込むことができるか

＜こんなタブーに注意しましょう＞

面接試験ではいくつかのタブーが存在します。基本的には企業の選択基準を疑われるような話（縁故があることを強調する、給与や待遇面についてばかり質問する）や業界や企業に対する生半可な知識を披露する（その企業への批判、同業者への批判）、好悪の感情をあらわにする態度（担当者がわざとと言った意地悪い質問に腹をたてて感情的になる）といったことです。

■グループディスカッション

受験者を数人のグループに分け、テーマを与えて討論させる面接形式で、その様子を見ながら評価されます。集団の中でどのような役割を果たせるか、また他者とのコミュニケーション能力が見られます。

グループディスカッションのテーマ例

- 夏の新商品のコンセプトを考えてください
- コンビニの深夜営業の是非について
- よい会社とはどのような会社か
- 仕事と私生活を両立させるための施策を3つ挙げよ
- 社会人と学生の違いを3つ挙げる
- 働く上で給料とやりがいどちらを大切にするか
- 仕事のできる社会人とは
- ビジネスを継続的に成長させる為に必要な3つの事項とその理由を述べよ
- 家族への感謝の気持ちを表すための制度を社内で作るなら、どのようなものか
- 会社としてどのようなエゴ活動ができるか
- 新入社員に必要なことはなにか
- 新入社員のストレスの原因とその対策
- メタボな人が楽しく続けられるダイエット方法を考える
- 大統領を日本でもてなすとしたらどうするか
- 携帯電話は小学生に必要か
- 鬼退治に行くのに持っていくものを3つ決めてください
- 最新のニュースを1つ挙げてそのニュースについて意見をまとめよ
- 男女の友情は成立するか
- 大学生にできるエゴ活動について
- 戦後最大の発明を3つ挙げよ
- 雑誌とインターネットは共存できるのか
- 来週から1週間アラスカで氷を売れと上司から言われたらあなたならどうしますか
- 透明人間と瞬間移動できる人間、どちらがより社会貢献できるか

「マイコミ 採用サポネット 採用総括資料」より

Web説明会のポイント

●増えてきたWeb説明会

Web説明会とは、スマホやPCなどを通して、どこからでも視聴することができるオンライン上で開催される会社説明会のことです。最近では多くの企業で取り入れられるようになりました。

Web説明会には、「ライブ配信型説明会」と「録画配信型説明会」

ライブ配信型説明会は、オンライン上でリアルタイムに実施されます。リアルタイムで配信されているので、人事や参加学生とコミュニケーションを取ることができます。チャット機能があるので、気になったことは随時、質問することもできます。

録画配信型説明会は、あらかじめ録画しておいた説明会をネット上で自由に見ることができます。ネット上で自由に視聴することができるので、企業の魅力がよく伝わるようにつくられています。オンラインとは異なり、繰り返し閲覧でき、一時停止ができるため、聞き漏らしがありません。業界研究や企業研究を目的に視聴するのもいいでしょう。

●メリットとデメリット

メリットとしては、一般的な会社説明会とは異なり、自宅にいながら参加できるため、お金と時間の節約につながり、服装も自由です。会場にいく手間も省けるため、興味のなかった会社にも目を向けることができます。新しい発見が得られ、知識の充足にもつながります。逆に質問がしづらく、会社の雰囲気や掘り下げというデメリットもあるようです。

●Web説明会の注意点

- インターネット環境を整えておく
- 参加人数に制限があるか確認しておく
- キャンセル時は必ず連絡する
- ライブ配信型の場合、しっかりとメモを取っておく
- 自分のアカウント名を確認しておく

基本的には、人数制限なく参加できるオンライン説明会ですが、人気企業の場合、参加人数に制限を持たせているケースがあるので、早めにエントリーしましょう。またWeb説明会といえども、キャンセルしたい場合は必ず手続きをおこないましょう。企業が受講者を確認していたり、キャンセル待ちの調整を行っている場合があるからです。通常の説明会同様、誠実に対応しましょう。

またチャット機能で質問が表示されることもあるので、アカウントの表記に気を配り、また内容についても常識的な発言を心掛けましょう。

Web面接対策

●Web面接とは？

Web上のインターネット回線を使って行う面接です。パソコンについているカメラを利用するため、音声だけではなく、こちらの姿が見え、対面さながらの面談ができることが特徴です。当然、近くにはいないものの、表情や姿勢がわかるため、対面同様きちんと準備していくことが大切です。Web説明会同様、訪問の必要がないため、遠隔地で就職活動中でも、交通費や宿泊費などの経済的負担がかかりません。企業側も会議室の手配などの来社準備が不要で、学生側と企業側の両方にメリットがある面接方法です。

●どんなツールがあるの？

専用回線を使ったもの（その企業オリジナルソフト）のほかZoomやSkypeを使ったものや、FacebookやLINEを使ったものもあります。事前にアプリなどが必要であれば導入するなどネット環境を整えておきましょう。

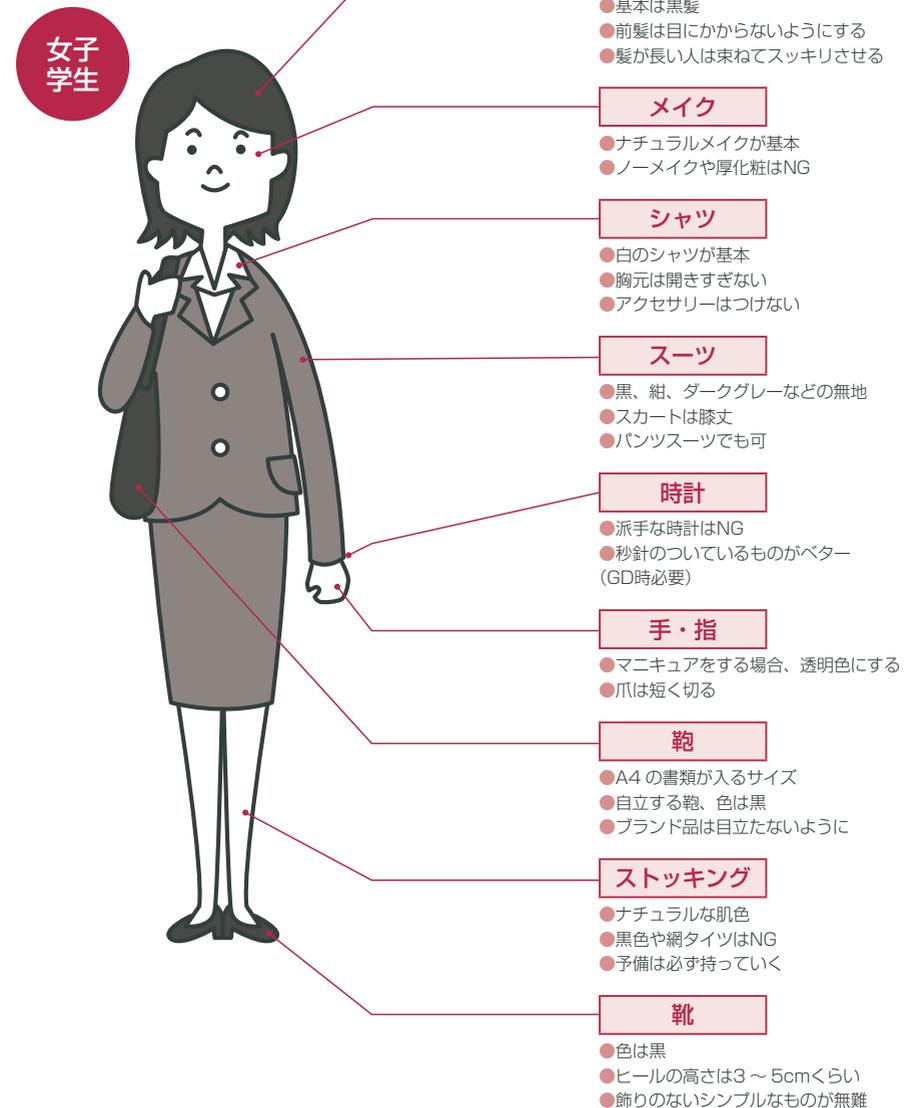
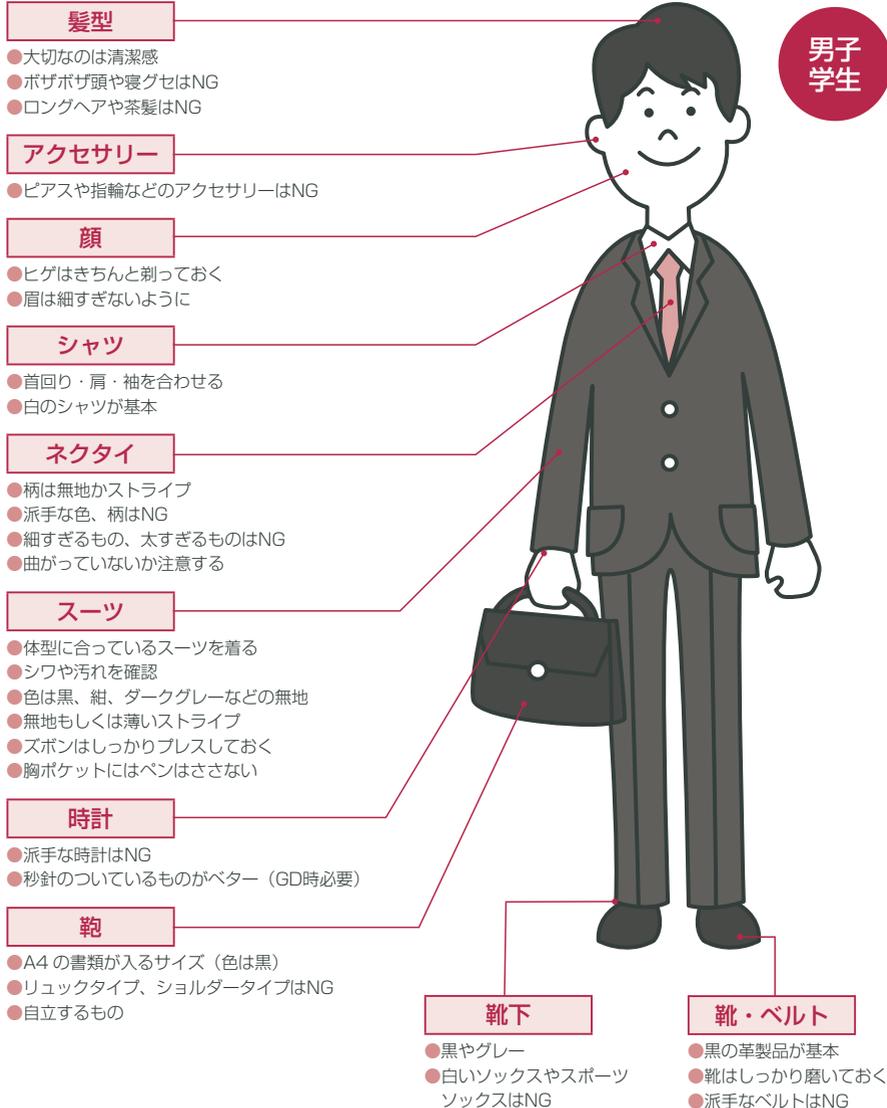
●Web面接の注意点

- 服装、姿勢に気を付けましょう。
- 背景は壁だけにし、雑音が入らないよう、また通信が途切れることがないよう環境を整えましょう。キャリア支援室の会議室も使えますので、事前にご予約ください。
- できるだけパソコンを利用しましょう。
- 個人のアカウントを使用する場合、個人情報保護はもちろん、印象コントロールの点からもアイコンやアドレス、プロフィールに注意しましょう。無難なものに変えておくことをお勧めします。
- 対面同様どんなことを話すのかしっかり準備していきましょう。
- 音がこもるので対面で話すよりも口を大きく開け、はっきり、ゆっくり、わかりやすく話すことが大切です。
- 表情も対面よりも把握しづらいので、いきいきとした表情づくりを心掛けましょう。
- メモを見ることができませんが、目が泳ぐ傾向にあるので、なるべく見ず、カメラを相手の目だと思いながら自然に見つめて話しましょう。
- 面接中は着信音やメールやLINEの受信確認機能を切っておきましょう。
- 面接終了後は対面時と同様、きちんとした挨拶を心掛けましょう。

服装・身だしなみ・持ち物

●身だしなみのポイント

- 就職活動では社会人の方と顔を合わせるため、きちんとした身だしなみで対応することが求められます。
- 身だしなみは第一印象を大きく左右するポイントです。
- 迷ったら社会人の先輩でもある親やキャリア支援室に相談してみましょう。



メールの書き方

今やビジネスシーンにEメールは不可欠。就活でも、採用担当者と頻りにメールのやり取りをすることになります。採用担当者は、応募者の膨大なメールを読みます。負担を減らすためにも、文章は簡潔なものが基本です。

●Eメールのマナー

- 必ず署名を入れます。
- 簡潔にわかりやすく書きます。
- タイトルは具体的に書きましょう。
- 「?」「!」「♪」などの記号や顔文字は入れてはいけません。
- 返信はすぐ(24時間以内)に送りましょう。

◆説明会の参加申込み 文例

送信	
差出人:	淑徳 静香
宛先:	XXXXXXXX@XXXXXXXX.co.jp
件名:	会社説明会への参加のお願い ①
株式会社 ○○○○ 人事部採用担当 御中 ②	
突然のメールにて失礼いたします。 私は、淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年の 淑徳 静香と申します。 私は現在、就職に備えて企業研究を行っております。その中でも貴社の ○○○に興味を抱き、貴社についてさらに詳しく知りたいと考えております。	
つきましては、○月○日○時に○○会場で開催されます貴社の説明会に 参加させていただきたく、申し込みのメールをお送りいたしました。	
誠にお手数をおかけしますが、何卒よろしくお願いいたします。 ③ ④	
----- 淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年 淑徳 静香 (シュクトクシズカ) 住所:〒000-0000 千葉県○○市○○町○丁目○番地○号 電話番号:000-000-0000 携帯電話:000-000-0000 Eメール:00000@△△△△.○○○.jp ⑤	

- ①タイトルには要件を簡潔に記入する
- ②本文にも宛先を明記する。担当者の名前がわかっている場合は「○○○様」
- ③内容は簡潔にわかりやすく書く
- ④左詰めで、25~35文字を基準に改行する
- ⑤署名を入れる

◆面接日程の連絡に対する返信 文例

送信	
件名:	面接日程について
株式会社 ○○○○ 人事部 ○○○○様	
お世話になっております。 淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年の 淑徳静香と申します。	
先程は面接日程のご連絡をありがとうございます。 それでは、○月○日○時、ご指定の書類を持参の上、 貴社へ伺います。	
ご多用の折、面接日程をご調整いただき、誠にありがとうございます。 何卒よろしく願い申し上げます。	
----- 淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年 淑徳 静香 (シュクトクシズカ) 住所:〒000-0000 千葉県○○市○○町○丁目○番地○号 電話番号:000-000-0000 携帯電話:000-0000-0000	

◆面接のお礼 文例

送信	
件名:	採用面接のお礼 ①
株式会社 ○○○○ 人事部 ○○○○様 ②	
淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年の淑徳 静香と申します。 本日はお忙しいなか貴重なお時間を割いて、 面接の機会を与えていただきありがとうございました。	
会社説明会や会社案内では十分に把握できなかった貴社の社風や具体的な 仕事内容、今後のビジョンについていろいろとお話を伺うことができた ことは、就職活動中の私にとって大変意義深い時間となりました。 ③ ④	
皆様とお会いしたことで、貴社で働かせていただきたいという 気持ちがますます強くなりました。	
この度の面接が良い結果となった場合、貴社で私の力をより活かすことが できるよう努力し自分を高めていく所存です。	
本日の面接のお礼を申し上げますとともに、貴社のご発展と○○様の ますますのご活躍をお祈りいたします。ありがとうございました。	
----- 淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年 淑徳 静香 (シュクトクシズカ) 住所:〒000-0000 千葉県○○市○○町○丁目○番地○号 電話番号:000-000-0000 携帯電話:000-0000-0000 Eメール:00000@△△△△.○○○.jp ⑤	

- ①タイミングが大切。できるだけ当日に送る
- ②宛名は「人事ご担当者様」、「採用ご担当者様」どちらでもかまわない
- ③お礼とその企業で働く上での抱負を書く
- ④自己PRなどを加えても良い
- ⑤署名を入れる

メールの書き方

◆求人案内を見て応募の意思を伝える 文例

✉ 送信
✕

件名: 面接の応募について

株式会社 ○○○○
人事部 ○○○○様

突然のメールにて失礼いたします。
淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年の
淑徳静香と申します。

この度、○○にて貴社の求人を拝見し、
○○職の選考に応募したく、ご連絡いたしました。

募集要項にてご指示の通り応募書類を添付しております。
何卒ご査収の上、ぜひ面接の機会を頂けたら幸いです。

ご多用のところ恐れ入りますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年
淑徳 静香 (シュクトクシズカ)
住所:〒000-0000 千葉県○○市○○町○丁目○番地○号
電話番号:000-000-0000 携帯電話:000-0000-0000
Eメール:00000@△△△△.○○○.jp

送信ボタンを押す前に：

- 送信先のメールアドレスは間違いがないか
- 会社名、担当者の所属部署・役職・名前は間違いがないか
- タイトルは具体的でわかりやすいか
- 本文は簡潔でわかりやすいか
- 誤字脱字はないか
- 署名はあるか



◆面接日程を変更してもらいたい 文例

✉ 送信
✕

件名: 面接日程の変更について

株式会社 ○○○○
人事部 ○○○○様

お世話になっております。
淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年の
淑徳静香と申します。

先程は面接日程のご連絡をありがとうございます。
大変申し訳ございませんが、○月○日は大学の実習と重なってしまい、
どうしても何うのが難しい状況です。

誠に勝手なお願いで恐縮ですが、
下記の日程で面接の日時をご調整いただくことは可能でしょうか。

○月○日 (○) 13:00～17:00
○月○日 (○) 9:00～17:00
○月○日 (○) 9:00～12:00

お手数をおかけし大変恐縮ですが、
何卒よろしくお願い申し上げます。

淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科 4年
淑徳 静香 (シュクトクシズカ)
住所:〒000-0000 千葉県○○市○○町○丁目○番地○号
電話番号:000-000-0000 携帯電話:000-0000-0000
Eメール:00000@△△△△.○○○.jp

内定(内々定)をもらったら

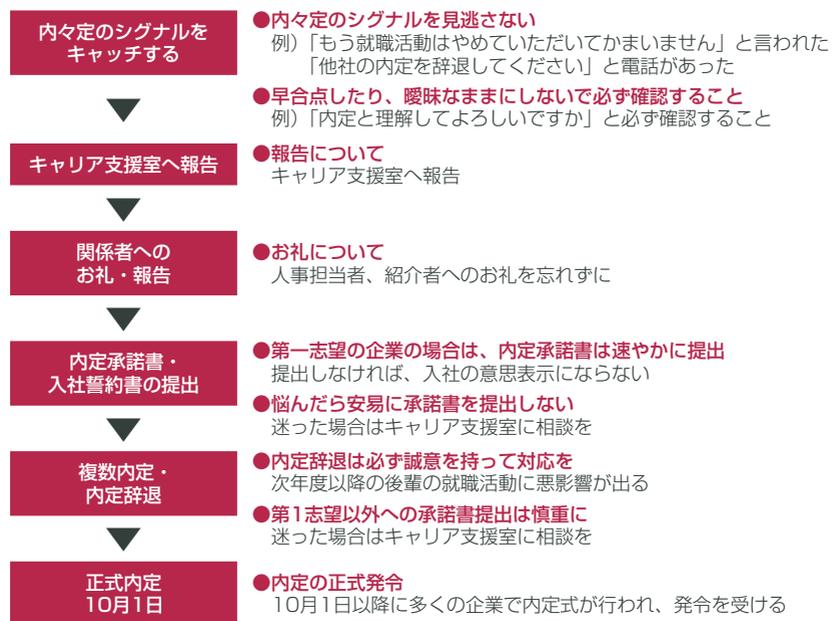
●内定・内々定の通知

- 正式な内定通知は10月1日以降に出されます。
しかし、それ以前に実質的な内定の連絡があります。この連絡を内々定と呼んでいます。
- 内々定の通知方法(電話、メールなど)や表現はさまざまなので、そのサインを見逃さず、必ず確認しましょう。

●内定・内々定が出たらすべきこと

- 各方面へのお礼と報告をします。

内定が出たらすべきこと



●企業の内定へのお礼

内定の受諾、報告、お礼を済ませることで就職活動は完了します。速やかで誠意ある対応をすることが大事です。内定(内々定)が決まったら、まずお礼と報告をしましょう。お礼をする相手は、内定先の人事担当者はもちろん、紹介者、ゼミの先生などです。

記入例

○年×月△日

株式会社 人事部採用係ご担当者様

淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科
淑徳 静香

敬具

拝啓 初夏の候、貴社におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さてこのたびは貴社より採用の内定をいただき、心より御礼申し上げます。

(内定をいただいた正直な感想と今後の熱意を伝える)

今後は残り少ない大学生活を有意義に過ごし、よき社会人となるための努力を続けて参ります。今後とも一層のご指導をお願い申し上げます。

※時候の挨拶はP68を参照

ワンポイント

- ①自筆で、可能な限り早く書いて出すこと。
- ②鉛筆は使わない。黒のボールペンまたは水性ペンが基本。
便箋や封筒を使用する場合は白地を選ぶ。
- ③お願い、お礼、お詫びなどの手紙は封書がよい。基本は縦書きで無地(縦罫線)の便箋。
- ④内容は簡潔に。ただし手紙の形式や敬語は正しく使う。誤字脱字は厳禁。
- ⑤宛名は省略せずきちんと書く。郵便料金も相手に差額を払わせることがないように。
- ⑥相手に誠意が伝わるよう一字一句丁寧に書くこと。

内定辞退

●内定辞退について

◆重複内定

就職活動では多くの場合、複数の企業を受験します。そのため、同時期に複数の会社から内定通知を受け取る場合があります。入社できない企業に対しては、速やかにキャリア支援室に相談し、誠意のある内定辞退をし、複数内定の状態を長引かせないようにしましょう。

内定辞退の方法

- ①電話または先方に向く。
- ②①を行った上で、手紙でお礼とお詫びをする。その際、辞退理由を明確に伝えることも大切です。

辞退の電話例

お世話になっております。私、御社から内定を頂いております淑徳大学総合福祉学部社会福祉学科の淑徳静香と申します。人事部の××様はいらっしゃいますでしょうか？

今、少しだけお時間よろしいでしょうか？

先日は内定の通知を頂きまして、誠にありがとうございました。

実は大変申し訳ございませんが、御社の内定を辞退させて頂きたいと思ひまして、本日はご連絡をさせていただきます。(～理由を話す)

辞退の手紙例

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。
私、淑徳大学総合福祉学部社会福祉学科の淑徳静香でございます。
先日は内定の通知をいただき、誠にありがとうございました。
先に電話でもご連絡いたしました。が、自身の適性などを考慮した結果、誠に勝手ながら内定を辞退させていただきます。
皆様には、説明会から面接まで貴重なお時間をいただき、大変よくしていただいたにも関わらず、このような形となり心苦しく感じております。
貴社には多大なご迷惑をおかけいたしますこと、深くお詫び申し上げます。
末筆ではございますが、貴社のますますのご発展を心よりお祈り申し上げます。
敬具

〇〇〇〇年〇月〇日

淑徳大学 総合福祉学部 社会福祉学科
淑徳静香

〇〇株式会社 人事部採用ご担当者様

●絶対にやってはいけない内定辞退

◆先生やOBの推薦状を受けていた場合

教授や学校の推薦を受けていた、もしくは辞退する会社のOBやOGにコンタクトをとっていた場合、後輩にも迷惑がかかる可能性もあるため、辞退する前に一度お世話になった方に相談しましょう。

◆メールで内定辞退

メールで一方向的に内定辞退を伝えるのは非常識です。電話で直接担当者に伝えた上で、封書で礼儀正しく自分の意志を伝えてください。

◆辞退する企業の批判

内定を辞退する理由を、あたかも自分に非がなく、一方向的に企業のせいにするのはやめましょう。この場合も推薦辞退と同じように、大学のイメージを傷つけ、後輩に迷惑をかける可能性があります。

◆何も言わず内定辞退

内定辞退があった場合、企業はあなたの代わりに補欠の採用を行うことがあります。何も言わずに辞退すれば、企業にも迷惑がかかりますので、いかなる場合でも必ず直接伝えるようにしてください。

◆嘘をつかないこと

他社を選んだとしても自分から言う必要はありませんが、担当者から聞かれたら素直に答えましょう。決して嘘をつく必要はありません。「きちんと伝える」ことも、社会人としての第一歩です。

◆連絡を先延ばしにしない

辞退時期が遅れば遅れるほど、企業側も対応するのが難しくなります。内定辞退の電話は確かに気が重いです。避けては通れないため、できるかぎり早く連絡することが大切です。

●必ず提出「進路決定届」

キャリア支援室では、卒業年次生全員について卒業後の進路を正確に把握の上、所轄官庁その他への報告、あるいは学内資料を作成しなくてはなりません。その基礎資料とするために、皆さんに進路決定登録をしていただく必要があります。

就職先または進学先が決定次第、進路決定登録の手続きを行いキャリア支援室まで内定先・進学先をお知らせください。第一キャンパスの学生は、求人検索NAVIの「進路報告登録」から就職先・進学先の登録を行ってください。第二キャンパスの学生はキャリア支援室のカウンターで進路決定届を受け取り、記入の上、提出してください。

Uターン就職を目指す

近年では、優秀な人材を採用したい地方都市の企業や、地域活性化の取り組みを強化する地方自治体が増えており、それに伴いUターンを増やすための制度を充実させる企業も増加しています。

Uターン就職を目指す場合は、地元にいる学生との競争になります。手に入る情報量と距離的なハンデを負うこととなりますので、周到な事前準備とスケジュールングが重要です。

●採用情報の入手方法

・キャリア支援室

地元新聞社や自治体等が発行するガイドブックの配布や、Uターン希望者対象の合同説明会などの情報揭示を行っています。

・求人検索NAVI

全国から淑徳大学の学生あての求人票が届きます。勤務地を指定して検索することもできます。卒業年次生向けの求人情報は3年次の3月まで公開されませんが、それ以前でも4年生向けの求人をチェックすることで、どのような企業が求人を出しているのかを調べることができます。

・ハローワーク・新卒応援ハローワーク

ハローワークでは全国各地の求人情報（仕事情報・企業情報）が検索できます。企業の希望により、インターネット上では公開していない求人もあるので、ハローワークにも足を運んでみましょう。就職相談も受け付けています。

・都道府県の東京事務所など

都心にある地方自治体の東京事務所やアンテナショップなどでもUターンセンター等が開設され、就職相談ができるところも増えてきました。所在を確認の上、出かけてみましょう。

障がいのある方へ

キャリア支援室では障がいのある方の就職活動を全面的にバックアップします。どんなことでも結構ですからいつでも相談してください。

- 身体障がい者の雇用については、「障害者の雇用の促進等に関する法律」により、企業に一定の雇用が義務づけられています。
- 現在多くの企業や官公庁では、誰でも気持ちよく働けるように職場の環境作りに最大の配慮&サポートをしている姿勢がみられています。
 - ◎全館バリアフリー化
 - ◎時差通勤
 - ◎短期間労働制
 - ◎通院時間の確保
- 障害者手帳／各市町村役場の福祉課・福祉事務所等で交付を受けられますが、発行まで時間がかかる場合がありますので、早めに準備しておきましょう。
- 「自分は何ができるのか」「何をやりたいのか」「どんなサポートを受けているのか」をはっきりと伝え、自信と熱意を持って就職活動に臨んでください。
- 公的機関として全国に設置されている「学生職業総合支援センター」や民間の就職サイトでも就職を支援していますので、活用してください。
- 近年積極的に障がい者を雇用する企業が増えています。

●障がい者の就職情報について

千葉障害者職業センター

<https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/chiba/index.html>

障がいのある学生の就職をサポートしている民間の就職情報サイト

web Sana <https://www.web-sana.com/>

クローバーナビ <https://www.clover-navi.com/>

※その他居住地管轄のハローワークには障がい者専門の相談員が配置されています。

公的な発達支援情報・支援センター

千葉県発達障害者支援センター CAS（千葉市外在住の方）

<https://cas-chibaken.net>

千葉市発達障害支援センター（千葉市在住の方向け）

<https://chiba-shakyo.jp/development/>

民間の就労支援サービス

LITALICOワークス <https://litalico.co.jp/service/works/>

ウェルビー <https://www.welbe.co.jp/>

キャリア支援室の活用法

〈千葉キャンパス〉

●キャリア支援室開室時間

開室曜日	カウンター受付及び相談
月～金	8:50～17:30
土曜日	8:50～12:30

※大学行事により開室時間が変更になる場合があります。

●キャリア支援室の支援内容

個別相談／模擬面接の実施／履歴書・エントリーシートの添削
求人情報紹介／求人NAVI（求人情報）の検索

●気軽に個別相談をご利用ください

キャリアカウンセラーによる個別相談を行っています。エントリーシート・履歴書の添削などを経験豊富なスタッフが様々な角度から見方・考え方のヒントを提示します。

- ・履歴書はできるだけ自分で記入してください。
- ・会社情報（会社パンフレット、説明会資料）などを持参してください。

●就職に必要な情報が充実しています

充実した就職関連の資料・情報を保有しています。公務員・教員採用試験情報・求人情報・Uターン情報・合同企業説明会など、多種多様な情報を入手することができます。

●就職・資格に関する書籍やDVDの貸し出しを行っています

SPI攻略本やエントリーシート・面接対策の本やDVDなども数多く揃えており、貸し出しすることができますので、ぜひ活用してください。

●面接練習について

キャリアカウンセラーが面接官役となり、終了後にフィードバックを行います。面接室の入り方から、話し方、立ち居振る舞いなど、自分では気づかない部分を改善していきましょう！

- ・原則スーツ着用ですが私服でも構いません。
- ・提出済・提出予定の応募書類のコピーを持参してください。

●個別相談・面接練習でのお願い

- ・求人検索NAVIから予約してください。
求人検索予約は一人1枠ずつです。（一度に複数回の予約は不可）
予約時、コメント欄に「面接練習」「履歴書添削」など可能な限り相談内容を入力してください。
- ・相談時間は30分です。時間厳守をお願いします。
遅刻は必ず事前連絡をお願いします。15分以上経過しても来室のない場合はキャンセルとし、キャンセル待ちの学生を優先します。無断欠席は厳禁です。

〈千葉第二キャンパス〉

●キャリア支援室開室時間

開室曜日	受付
月～金（ただし火曜日は除く）	8:50～16:30
火曜日	8:50～17:50
土曜日	8:50～12:30

※大学行事により開室時間が変更になる場合があります。

●キャリアカウンセラーによる就職相談を行っています

第二キャンパスキャリア支援室では下記の日時にキャリアカウンセラーが在室し、履歴書の添削や面接練習など就職に関する相談を行っています。

※事前申し込みが必要です。キャリア支援室まで申込みください。
毎月毎週火曜日 9:30～17:30

●求人に関する資料がそろっています

看護師・保健師や管理栄養士・栄養士の求人に関する資料・情報がそろっています。過去の採用試験報告書もありますので、ぜひ参考にしてください。



「キャリア支援室を活用して」

自分が内定をいただけるかとても不安でしたが、キャリア支援室の方のサポートが役立ち、内定を獲得することができました。

求人票 (求人検索NAVI) の活用

● 求人検索NAVIは次のことができる本学の就職支援システムです。

- 淑徳大学に届く求人票がいつでも検索・閲覧できます。
- 「進路希望登録」がWEBで出来ます。
 (「進路希望登録」はキャリア支援室の支援を受ける際に必要な手続きです)
- 「マイ求人管理」で志望企業・スケジュールの管理ができます。
- 「進路報告」の登録がWEBで出来ます。
 (「進路報告」は卒業までに必ず行なってください)

● 求人検索NAVIのログイン方法

- 淑徳大学ホームページからのログイン (推奨)
 トップページから「資格・就職」→「求人検索NAVI」をクリック。



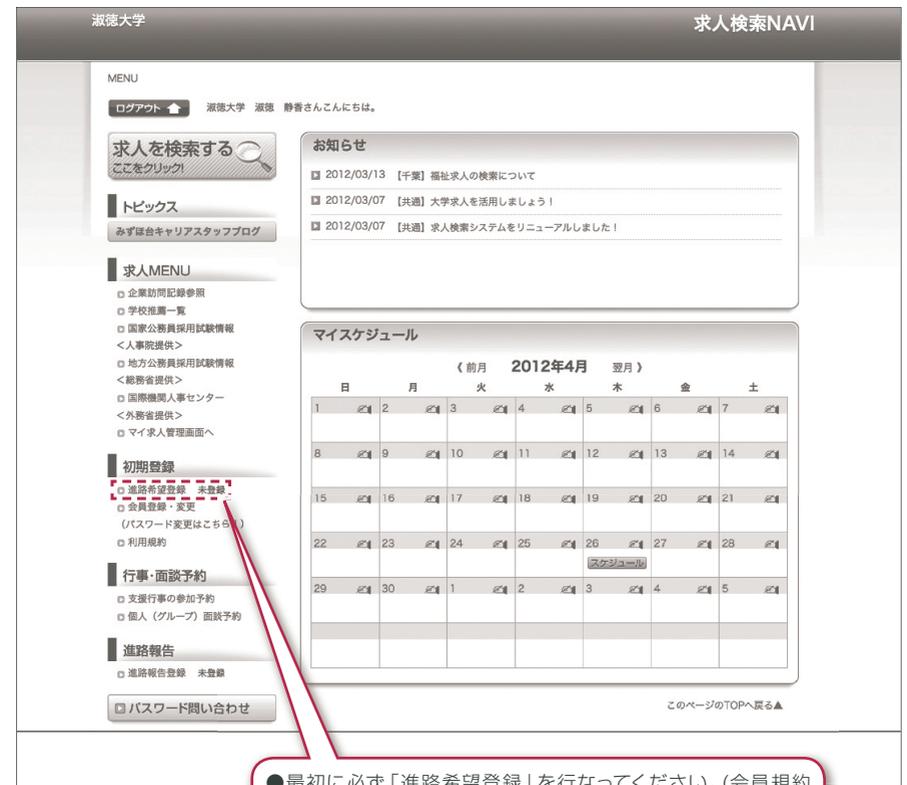
「学外」からアクセスした場合と「学内」からアクセスした場合はログイン画面が違います。

- 「学外」からはユーザー名に「shukutoku」をいれてください。
- 学籍番号: 自分の学籍番号「C・・・」
- パスワード: 初期値は自分の生年月日8桁
 (2000年4月23日の場合は「20000423」)
 以上を入力して「ログイン」をクリック。

● S-Naviトップ画面からログイン

「学生支援サイト」からアクセス (PC環境によってエラーになる場合があります)

- ログインをすると初回利用時のみパスワードの変更画面が表示されます。
 自分で管理できる新しいパスワードとメールアドレス (PCまたは携帯電話、スマートフォン) を入れてクリック



- 最初に必ず「進路希望登録」を行ってください。(会員規約登録に同意し先に進んでください)
- 登録した情報は随時変更が可能です。
 メールアドレスや希望内容に変動があった場合は、必ず登録内容を変更してください。

- 「求人票の検索・閲覧」「進路報告」等、その他の操作方法は「淑徳大学 求人検索NAVI利用ガイド」を参照してください。
 (利用ガイドはキャリア支援室にあります)

要注意

「卒業年次」の求人情報は3年次の3月から公開予定です
 (「2025年卒」の求人公開は「2024年3月」となります)

学生職業センターの案内

〈ハローワーク〉

●ハローワーク千葉南

総合的な就職活動を支援すべく、個別相談窓口、求人情報検索機の利用、各種求人情報の利用、インターネットの利用などができる。希望条件の確認を行いながら、求人情報の検索ができ、応募したい求人の内容や条件の問い合わせをしてもらえる。また就職に関する相談、応募に必要な書類（履歴書、職務経歴書）作成のアドバイスも。コンピュータで希望条件（職種、終業場所、勤務時間、賃金等）による絞り込み検索ができ、求人票も印刷可能。新着求人「専門・技術・管理」「事務・販売・サービス」「保安・運転・製造・労務」に区分し、求人情報一覧表により情報を受け取れる。就職面接会の案内、職業訓練、ジョブ・カード制度も取り入れ、多角的に就職活動をサポートしている。

住所：千葉県千葉市中央区南町2-16-3 海気館蘇我駅前ビル3F・4F
TEL：043-300-8609
開館時間：8時30分～17時15分
休館日：土・日・祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

●千葉新卒応援ハローワーク

住所：千葉県千葉市中央区新町3-13 日本生命千葉駅ビル1階
TEL：043-307-4888
開館時間：平日10時15分～19時00分、土・日・祝・年末年始は休業

●ふなばし新卒応援ハローワーク

住所：千葉県船橋市本町1-3-1 フェイスビル9階
TEL：047-426-8474
開館時間：平日9時～17時、土・日・祝・年末年始は休業

●東京新卒応援ハローワーク

住所：東京都新宿区新宿2-7-1 小田急第一生命ビル21階
交通：JR新宿駅西口下車 徒歩約10分
都営地下鉄大江戸線都庁前駅下車 徒歩約2分
東京メトロ丸の内線新宿駅下車 徒歩5分
開庁時間：月～金 10時00分～18時00分
土 10時00分～17時00分（土曜日については、第1・3土曜日のみ開庁）
休日：土日祝日、年末年始
TEL：03-5339-8609

●埼玉新卒応援ハローワーク

住所：埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-9-4 エクセレント大宮ビル6階
TEL：048-650-2234
開館時間：平日8時30分～17時15分、土・日・祝・年末年始は休業

〈ジョブカフェ〉

●ジョブカフェちば

住所：千葉県船橋市本町1-3-1 フェイスビル9階
TEL：047-426-8471
URL：<http://www.jobcafe-chiba.jp/>
開館時間：平日9時～18時（17時受付終了）、土・日・祝・年末年始は休業

●東京しごとセンター ヤングコーナー

住所：東京都千代田区飯田橋3-10-3 12階
TEL：03-5211-2851
URL：<https://tokyoshigoto-young.jp>
開館時間：平日9時～20時、土曜9時～17時、日・祝・年末年始は休業

●埼玉しごとセンター 若者コーナー（ヤングキャリアセンター埼玉）

住所：埼玉県さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワー 3階
TEL：048-826-5601
URL：<https://hwus.jp/gakusei>
開館時間：平日10時～19時、土曜10時～17時、日・祝日・年末年始は除く

●埼玉しごとセンター 新卒コーナー（HW）

住所：埼玉県さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワー 3階
TEL：048-762-6522
URL：<https://hwus.jp/gakusei>
開館時間：平日10時～19時、土・日・祝・年末年始は休業

お問合せ先

淑徳大学

千葉キャンパス キャリア支援室

TEL:043-265-7334

月～金曜日 8:50～17:30
土曜日 8:50～12:30

※閉室日 日曜、祝日、年末年始、入学試験実施日等。

千葉第二キャンパス キャリア支援室

TEL:043-305-1883

月～金曜日 8:50～16:30
※ただし火曜のみ 8:50～17:50
(13:00～14:00休憩)
土曜日 8:50～12:30

※夏期・年末年始並びに行事等で臨時に窓口を閉鎖することがありますが、その場合は、事前に掲示します。

