

高知の若者を応援するフリーペーパーです。

# 明日、

2018.Mar. No.

22

PRESENTED BY ジョブカフェこうち

帰ろう!  
変えろう!  
高知県  
http://www.pref.kochi.lg.jp



高知家

TAKE FREE

今号表紙：ジョブカフェサポーター  
(高知大学 黒潮祭)



特集  
ジョブカフェ  
サポーター  
座談会

ジョブカフェサポーター活動で

# 仲間といっしょに就活!

受講者が  
オススメ!

しごと体験講習を  
活用してみよう!

さてさて、

幡多サテ通信 vol.05



Report /

第1回 出張相談会  
at: 土佐清水市

就職情報冊子

高知県Uターン就職サポートガイド

Seminar  
Report

- 若手社員による 学校出前講座「聴かせて先輩」
- 高等学校卒業予定者のためのブラッシュアップセミナー

2018.1.21 sun.

ジョブカフェサポーター 座談会

# ジョブカフェ サポーター活動で 仲間といっしょに就活!

初めての経験で緊張しています。私も就活に悩む学生の一員として皆さんの話を引き出します!



進行役

岡田 華歩 (高知大学 人文学部 3年)  
不安と楽しさの両方を感じながら、絶賛就活取り組み中。  
只今、就活しながら出版社でインターンシップしています。

ジョブカフェこうちには、「サポーター」というボランティア活動があります。現役サポーター4人に、高知の企業で働いている「先輩サポーター」2人が加わって、サポーター活動を通して感じたことや、就活の悩み、「働くとは」など、話し合ってみました。



私自身も就活を始めたところですが、ジョブカフェサポーターの活動を知りませんでした。最初にみなさんがこの活動に参加した理由を聞かせてください。

2017年度  
ジョブカフェ  
サポーター

本宮 私は地元が千葉なので首都圏で就活をしたいと考えていました。早めに動かないといけないと思い、3年の春にジョブカフェを訪れたら、「サポーターやりませんか」という話があったので参加してみようかな、と。金子 私も就職活動について知りたいと思っていた時に、誘われて入りまし

山下 僕は高知工科大卒で、在学中に誘われてたまたま入りました。人にアドバイスするのが好きだったので今も続けていて、大学の後輩がやってくれているのでたまに様子を見に行く感じかな。

西岡 私は高知大卒で、在学中に声をかけてくれる仲間がいてジョブカフェの活動を知り、就職について考えようと思って始めました。活動の中でサポーターしてくれる方と色々な話をしてきたので、今もそのつながりが続いています。



サポーターの活動をして、どんなことを感じましたか?

松岡 1年目の時は先輩サポーターの方に頼り切っていました。2年目はしっかり周りを見て状況を判断し行動することができたと思います。

金子 ジョブカフェに最初に来た時に職業適性診断を受けたんですけど、その時はこんな業種に適性があるんだ……くらいでした。そのあと授業で、企業は職業適性をよく考えているのに学生はそんなに大事に思っていない、といったミスマッチがあるということを知りました。

本宮 大学祭での職業適性診断には高校生や中学生も来てくれて楽しくやっています。それくらいの時から適性を知ることができたら、大学選びに

村尾 サポーター活動の中で何か就職に役立つ情報を得たいと思って参加しました。



今日は、サポーターを卒業して高知の企業で働いている先輩方にも参加していただいています。先輩方は今もジョブカフェとつながっているのですか?

西岡 僕は公務員しか考えてなかったのですが、高知の企業を全く知らないんです。それで自分の将来についてしっかり考えたいと思って参加しました。

村尾 大学祭では学生さんに積極的に声掛けをしました。ジョブカフェの周知や職業適性診断を受けてもらえるような集客ができたと思います。1年やってみて、こうしたボランティア活動は楽しかったです。

西岡 職業適性診断のお手伝いをした時に、自分がやりたいことと適性を考えることで、どこに就職するかを決める基準になったと思います。こういう機会があることを周りの人にアピールする中で、他の人の就職に対する考え方も知ることができました。色々な意見を交換できる貴重な機会になったと思います。

山下 ここに来てアドバイスをもらって、本当に何が自分に向いているんだろうと考えるきっかけにもなったし、周りの人たちと話しやすくなった。だから今につながっている。これがよかった部分かなと思います。



私は兵庫出身ですけど、高知が好きなので高知で就職を考えています。先輩お二人は高知出身で、高知の企業でお仕事をされているんですね。

西岡 就活中は、県外で働きたいとい



先輩  
サポーター

西岡 葵さん  
[株式会社 高建総合コンサルタント]

山下 諒さん  
[JA 高知市]

う思いもありました。高知で就職が難しいようであれば、四国でと考えてました。結果、高知に決まったのですが。

山下 元々、県庁で県のために何かしたいと思っていましたが、希望の部署に行かせてくれないかもしれないので……。今の会社は1年目から色々やらせてくれるところで、そこが決め手でした。



都会で働くことと高知で働くことの違いはどこにあると思いますか?

村尾 人とのつながりが高知の方が強そうだなと思います。

山下 高知のいいところは、人づきあいが温かいところだと思います。僕はスポーツもやっています。30代から40代の人たちが多いのですが、多分いらなくらい心配してくるし、ものも言えるし、あまり抱え込むようなところもない。どこに行っても知り合いがいるみたいな感じがすごくいいところかな。

半面、仕事はあまりないし給料も高くはない、条件的に比べたらしんどいと思う。成果よりは人づきあいがうまくやっているとかが重要な気がするの、合えばすごく居やすいんじゃないかな。



松岡弘起さん  
[高知工科大学  
環境理工学群 4年]



村尾吉輝さん  
[高知工科大学  
環境理工学群 4年]



本宮麻由さん  
[高知大学 人文学部 3年]



金子葵さん  
[高知大学 人文学部 3年]

せんば〜い！  
アドバイス  
くださ〜い！



# 先輩に Question

## Q.1

自己PRを書き始める時期になってきました。結構迷ってて、不安なことが多いです。



自己PRとか頑張って書いたけど、面接官に書いてることを全部伝えるのは難しかった。だから、キーワードだけ書くつもりでいいと思う。堅苦しく考えず、挨拶するように自己紹介を書いたら、そんなに苦労するものではないと思います。



他の人と似たような内容になってしまうこともあると思うんです。でもそういう中に自分の想いを乗せていくのが大事なのかな。面接官が知りたいのは、その人が何を思っているのか、どうしたいと考えているのか、そういうことを一番求めています。自分が純粋に思っていることを伝えるのが大切ではないかなと思います。

## Q.2

内定を複数社からもらった場合、どう選んでいますか？



内定をもらったら、だいたい1か月くらいで返事をしなくてはなりません。僕の場合は、「まだ受けようと思っている企業があります」と正直に言って、それでも待っていてくれるのであれば……とお願いしました。

どこに決めるのかは、自分の軸が何なのかによる。周りが決まってきた不安になって早く決めたいと思うかもしれませんが、やりたい事ができる企業があれば、遅くても待った方がいいと思う。長く働けるところがいいなら焦って決めるものではないのかなと思う。

どこを選んだらいいかと悩むのではなく、何を大事にするのかを決めることが大事だと思う。

## Q.3

先輩の仕事の「やりがい」とは？



今、私がやっている仕事は営業事務です。1年目なので慣れないことだらけで、正直、朝がちょっと辛いという日もあります。2、3年くらいたつと変わるとも思います。でも、県や市町村にかかわっている仕事なので、そこに貢献できているというやりがいをしています。



僕は今、色のついたピーマンの扱いをしています。県内の農家さんや九州から北海道までのお客さんたちとやり取りするのが楽しい毎日です。休日返上で、結構農家さんのところに行ったりすることもあります。高く売ったら、農家さんが「ありがと、お前に任せて良かった」と言ってくれるのがすごく嬉しい。そがやりがい。ついでに給料もらえたらラッキー！という感じです。



そもそも「働く」とは？  
学生からすると謎の部分が多いのですが……

るように休日がちゃんと取れる仕事に就きたい。

**本宮** 私の「働く」というイメージは父親なんです。忙しく働いている人で、土日もない。だからといってつらい毎日ではなくて、結構楽しくやっています。やりがいがあるからずっと続けていて、それが生きがいなのかな。私もそんなふうに通けたら幸せだと思います。

**村尾** 単純にお金を稼ぐだけだったらアルバイトに近いものだと思いますが、それにプラスして責任が付いてくると「働く」ということなのかな。やりがいも大事ですけど、自分の時間を割いてお金をもらうのであれば、少ない時間で大きいお金をもらえるといい。お金も大事だけど、休日はしっかり欲しい。スポーツとかそういうことに割く時間も欲しい、というのが僕の考えです。



就職先を決める際の優先順位のようなものがありますか？

**山下** 一言で言ったら、「やりがい」なんだと思うけど……。40年くらい働けるって考えたら、お金だけで決めるのってすごくもったいないと思います。  
**松岡** 僕も「やりがい」がある仕事をしたいと思っていますが、趣味もやれ



理想とする企業に就職するために、何から始めるのでしょうか？

**西岡** 就活中は、お金と休みか、自分のやりたいことか、どっちを取るかというバランスを考えていました。お金と休みに重きを置くと、自分のやりたいことができなくなるのでは……。自分のやりたいことを優先すると、体調を壊したりしないか……。という不安があつて。結局、まだ若いからやりたいことをやった方がいいのでは、が大きかったですね。

**村尾** 自分の能力を磨いていくとか、TOEICなどの勉強をしたらいいと思う。直前になったら、その企業のこと

### 「ジョブカフェサポーター」募集中！

若者の就職を支援する「ジョブカフェこうち」と連携・協力し、仲間と一緒に成長するボランティア活動です。どなたでも、可能な時間で、自由に参加できます。

こんな活動をしています

- フリーペーパー作成への協力
- ジョブカフェPRアイテム作成のアドバイス
- 大学祭に出展するイベントブース運営の協力 など

とを知ることが大事だと聞くので、方針や現状などを詳しく調べておくこと面接に生きてくると思います。  
**西岡** 本場にそこで働いている自分をイメージできるかどうか、というイメージトレーニングからやりました。そこで働くイメージがないと、頑張ろうという気持ち湧いてこない。エントリーシートを書くにしても、やる気がもたない。そういう準備から始めました。  
**山下** 僕は、とりあえず見に行こうと思った。面接が進むと、「1日働いてみませんか」とかもある。10社くらい受けてみると会社によって全然違うんだなあと思ったし、合うところと合わないところが出てくる。ちゃんと考えるようになったし、こういう会社なんだろうなと分かるようになった。



興味がある方、お問い合わせください！担当：黒岩

るようになってきた。飲み会にも連れて行ってくれるところもあって、社長さんが「自分はこういう感じでやりたい」という話をしてくれたりするし、社員さんとも仲良く話ができる。そこが良かったのかなあと思う。エントリーシートで悩むよりは、受けてみるのがいいのかなあと思う。



サポーターの皆さんがおすすめするジョブカフェの活用法を教えてください。

**松岡** 僕は面接がちょっと苦手なので、練習に利用したいと思っています。  
**村尾** 職業適性診断で自分がどの職種に合うのかを知ること、こうした場で周りの意見を聞くというのもいいと思います。

**金子** 職業適性診断は受けた方がいいかな。エントリーシートの添削や相談も受けられる。高知で就職する人は特に情報が集まっていると思うので活用するのいいと思います。

**本宮** 私もエントリーシートの添削や面接の練習してもらいたいなと思います。また、漠然とした不安などを相談できる場所として使っていきたいと思っています。

**西岡** 私も職業適性診断を活用したらいいのと思った。気軽に自分の適性や性格について分かるというのは就職について考えるいいきっかけになります。また、フリーペーパー「明日」

を読んで、ジョブカフェの活動を知るのいいと思います。  
**山下** 僕みたいに元サポーターをやっている高知で働いている人は、就活生の相談にも乗れる。ジョブカフェが手伝ってくれたら、新しい活用法も生まれると思います。



サポーター活動は自分自身の就活にも大いに役立ちそうですね。これから挑む就活のヒントにもなりました。ありがとうございます。

### 座談会を終えて 岡田 華歩



サポーターの皆さんがそれぞれの想いを持って、真剣に就活のことを考えている姿に驚き、自分も思わず前のめりで話を聞いていました。就活のフィールドなど関係なく、サポーターの活動を通して就活について考え、そのことによってつながりが生まれていることが本当に素晴らしいと思います。

私もそうですが、友達に就活の相談をするのはとても勇気がいる、なかなか気軽にできないと思います。今日の座談会のように同じ悩みを持つ学生や、悩んでいた先輩と相談し合えると、就活も充実したものになるのではないかなあと感じました。

# しごとと体験講習を

## 活用してみよう！

興味を持った企業で、「しごと体験講習」を受講してみませんか？  
求職者と企業が、お互いに理解を深めあう絶好のチャンスです！  
気になる企業がありましたら、ご相談ください。

利用者さんと職員が  
一緒に笑顔になる瞬間がいい。  
ここでよかったなと実感します。



CASE 01

田辺 桂乃さん  
株式会社 ライフテラス  
グループホーム憩いの生活館-いっくー  
2017年5月にしごと体験講習を受け、5月から勤務

### トライしてみようと思っただけ……

広島で看護助手の仕事をしていましたが、体調を崩して実家に戻りました。2年ほど仕事にブランクがあったので不安がありました。若者サポートステーションやジョブカフェを利用する中で、しごと体験講習を紹介してもらいました。  
興味のある介護と製造業に絞って探してみ、一番いいなと思ったのが「ライフテラス」でした。  
まず見学に行きました。利用者さんが洗濯物を畳んでいたりと、ただいるだけじゃなくて、なにかできることをしている。雰囲気が温かいなと思いました。  
5日間フルで体験することで、自分にできるかどうか試したい、どんな職場か知っておきたい。——「よし、やってみよう」と思いました。

### しごと体験講習は……

2017年5月に5日間、認知症の方が利用するグループホームでの体験を行いました。利用者さんの体温や血圧などを測定したり、お昼ごはんと一緒に作って食べたり、利用者さんの見守りが主な仕事でした。  
毎日必死でした。でも意外とやれた。5日間やり通せて、自信になりました。

### 決め手はココ！

看護助手で介護に近いことをしていましたので、この仕事が好きだなあと思っていました。どうせやるなら資格のとれる介護士、長く続けて働ける職場を、とっていました。  
介護の現場では、利用者さんへの関わり方で自分がいやだなと思うこともあります。でも、ここではそういうのが全くありませんでした。  
しごと体験の4日目に社長と管理者との面接があり、その段階で「こちらは、あなたを受け入れるつもりです」と言ってくれました。とても嬉しかったです。  
実際に働いてみて、雰囲気がよくて、職員の方の利用者さんへの接し方もよかったです。「やる気があります」と返事をしました。

### しごと体験講習 ここがオススメ！

5日間という体験は短いようですが、じっくり職場の雰囲気を知ることができる時間だと思います。私は5日間やってみて、働く自信につながりました。  
実は私は試験や面接に自信がなかったんです。このプログラムで、体験からスムーズに就職という形につながったのはすごくありがたかったです。普通のガチガチの面接とくらべたら緊張感もなく、ここで働きたいと決意を固めることができました。

AND MORE……



利用者さんに対する接し方について「あれでよかったのかな……」と、後でよく考えます。うまくいかないときは、距離を置いてみる。他の職員の方が助け舟を出してくれることもあります。突き詰め過ぎるとしんどいこともあるので、自分を守ることも大事。好きなロックバンドのライブに行くのを楽しみにしています。

自分を認めてくれる。必要とされている。  
そう実感できる言葉が  
いただけるのが一番嬉しい。



CASE 02

竹永 恵さん  
社会医療法人 仁生会 細木病院  
入院受付担当  
2017年5月にしごと体験講習を受け、6月から勤務

### しごと体験講習は……

県関連の臨時職員の任期が終わり、子育ても落ち着き、年齢を考えると次は正職員として長く続けられる仕事に就きたいと思いました。興味を持った企業で「しごと体験講習」をすすめられました。  
しごと体験講習は2回やらせてもらいました。1回目は製造業の事務職でしたが、社内の雰囲気が合わずお断りしました。  
そして2回目目が細木病院。医療事務の部署で、わたしよりずっと若い方たちがたくさんいる職場でしたが、みなさん親切に教えてくださいました。わたしが失敗してもフォローしてくれて、とても働きやすい職場だと思いました。

### 決め手はココ！

やったこともない医療の世界だし、こういった仕事をするのかわかりませんでした。「しごと体験講習を受けてみませんか」と声をかけていただいたのは、とてもありがたいことです。正職員として働く機会をもらったことに感謝しています。まずは自分ができることをせいっぱいやりたい、という思いでした。

### 実際、働いてみると……

体験の時点では、入院受付はありませんでした。仕事を始めて次の月から新設され、予定入院の方すべての受付をわたし一人が担当することに。  
最初は全てがちんぷんかんぷんで、「わからないことは聞いてください」と言われても、何を聞いていいかわからない。みなさんとても忙しいですから、声をかけるタイミングを計るのが難しく、かと言って遠慮すると自分の仕事が進みません。  
この仕事では、色々な部署に出入りさせてもらいます。大変な面もありますが、困ったときは助けてもらえますし、そこにつながりがたくさんできて、人との関わりがとても楽しいと感じています。

### しごと体験講習 ここがオススメ！

これから自分が飛び込んでいくところがどんなところなのか……外から見ると実際体験してみるのは全然違う。講習手当金をいただけるのも魅力です。  
面接はいいところだけ見せることになりました。企業さんも勤務態度を見ることができ、自分も企業を見ることができ、企業に自分のがんばりを見てもらえるチャンスです。お互いを知った上で雇用関係を築けるというのは、とてもいいこと。ありがたいプログラムでした。

AND MORE……



人を不快にさせない、常に相手の立場で考える、を心掛けています。「わたしはこう思います」と言っても伝わらないこともあり、相手だったらどう思うかを考えてお話をするようにしています。ここにきてよかった、この人と話してよかった、と思ってもらえるような場所、自分でありたいと思っています。

### 体験講習終了後、手当金が支給されます！

しごと体験講習手当 [平成29年度]	
1日の講習時間	講習手当
4時間未満の場合	[1日当たり] 2,860円
4時間以上8時間未満の場合	[1日当たり] 5,720円

しごと体験講習を受講して採用が決まった人数  
H28年度 **167**名が採用



まずは、**申し込み！**  
ジョブカフェで、まずは登録。  
職場の雰囲気を見てみたい……！  
不安もあるけどやってみます……！



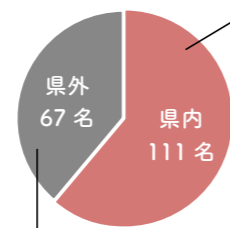
若手社員による 学校出前講座  
「聴かせて先輩」  
高知県立高知東高等学校

平成29年 12月19日(火) 13:30~15:20

参加者：2年生 187名(男性75名・女性112名)  
講師：1. 株式会社 サニーマート 藤田 玲子さん(就職)  
2. 土佐市消防本部 中澤 裕也さん(就職)  
3. 高知リハビリテーション学院 山下 正義さん(進学)  
4. 高知リハビリテーション学院 曾我 剛史さん(進学)



就職するなら県内? 県外? 回答者：178名



- 高知が好き  
・地元へ愛着がある  
・住み慣れている  
・親、家族のことがある など

先輩の話を聞いて感じたことは?

- ・企業研究やボランティア活動、検定を受けたりして希望する進路を実現させたい
- ・将来のことをちゃんと考えようと思えた
- ・「働くことは人のため」という言葉が印象的だった
- ・コミュニケーション、人との関わりの大事さ
- ・自分の進みたい道、やりがいのある仕事をする大切さ
- ・やりたい仕事が見つかった時に困らないように、今できる事を頑張っていきたい など

- ・就きたい職業がある
- ・都会に行きたい
- ・高知を出たい など

2人の先輩社会人からは、「働くこと」「社会人になること」「仕事のやりがい」「高校時代に頑張ったこと」などの話を聞くことができました。藤田さんは高校生活での活動や就職に向けての取り組みなどの体験談、消防士の中澤さんは東日本大震災での救援活動が職業選択のきっかけになったことなどの話をされ、進路を考える生徒達には貴重なアドバイスになりました。

専門学校に進学した2人の先輩からは、作業療法士と理学療法士の違いなどの専門的な説明もあり、生徒達は真剣に聞き入っていました。

質疑応答では先生方も参加するなど活発なディスカッションが交わされ、「働く」を考える講座となりました。



高等学校卒業予定者のための  
ブラッシュアップセミナー

講師：土佐流おもてなし塾 金山久里子さん

平成30年 2月6日(火) 9:50~16:10

安芸会場：安芸市総合社会福祉センター

参加者：49名(男性31名・女性18名)

参加校：室戸高校・中芸高校・安芸高校  
安芸桜ヶ丘高校・高知農業高校

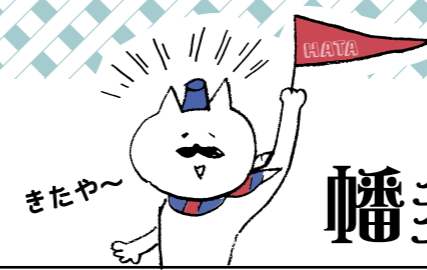
就職を控えた高校生が、新しいスタートに向けモチベーションを上げ、社会人として必要とされる知識や心構えを事前に学習するために行われています。学生気分を抜け出し、社会人として新しい世界に飛び込む準備をし、まさに“ブラッシュアップ”をしてもらうセミナーです。

入社後も仕事の悩みなどを相談しあえる仲間づくりになるよう、名刺を作成し交換しました。

セミナーを受講して「自信がついた」という声、先輩社員の体験談を通じて「挨拶や敬語などの重要性を感じた」という感想もありました。

【セミナーの内容】

- 働く前の基礎知識を養おう
  1. 挨拶 基本動作とお辞儀
  2. 話し方と接遇用語 敬語の基本と使い分け
  3. ホウ・レン・ソウ(報告・連絡・相談)
  4. 確認の仕方を学び質問力を高める
- 高知労働局「今日から使える労働法」
- 指示の受け方 ミスやエラーを防ぐ(コミュニケーション力)
- ビジネスマナー実務
  - ・名刺交換 各自2枚の名刺を作成し名刺交換
- 滑舌練習
- 電話対応
- 先輩社員による職場体験談
  - ① 株式会社 玉井 ホテル TAMAI
  - ② 株式会社 フタガミ
  - ③ 高知機型工業株式会社
  - ④ 黒潮観光開発株式会社
- ジョブカフェこうちの活用法



さてさて、

幡多サテ通信



幡多サテライトでのセミナーの様子や、幡多ならではののめりエピソードなどを紹介します。

第1回 土佐清水市で  
出張相談会を開催しました!

日時：平成30年1月25日(木)

10:00 ~ 17:00

場所：土佐清水ショッピングセンター プラザ・パル

初めての出張相談会は、土佐清水市の「ショッピングセンター プラザ・パル」で開催しました。

会場には、幡多サテライトと同じく、情報収集や休憩ができるオープンなコーナーと、相談者へ配慮した個別ブースをセッティング。高校生や、子ども連れの女性などが就職情報を収集する姿が見られました。また、県外の大学に行っている子どもの就職相談や、ご自身の仕事探しなど、様々な悩みを持つ方が相談に来られました。

「ジョブカフェこうち・幡多サテライトを知らなかった」「四万十市までは、なかなか行きにくい」という声や、「近くで開催されるときに、利用したい」という声をいただき、利便性を高めたいと思いました。

今後も出張相談会を予定しています。日程はジョブカフェこうちのホームページでお知らせします。

たくさんの方のご利用、ご相談をお待ちしています。



会場は買い物帰りにも気軽に立ち寄れるようなオープンスペース。



キャリアコンサルタントが相談をじっくりお聞きしました。



個別相談はパーテーションで目隠しされた場所で行っていました。

スタッフ  
オススメ本!



RECOMMEND BOOK

そのひと言で  
面接官に嫌われます

丸山貴宏

そのひと言で  
面接官に嫌われます

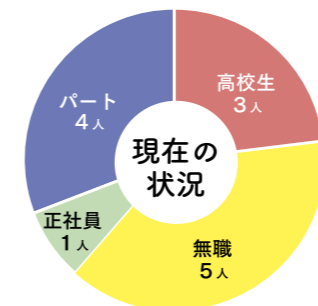
丸山 貴宏 著  
発行：青春出版社  
新書判・192ページ

面接の場を「プレゼンの場」と思っている応募者と、「コミュニケーションの場」と思っている面接官の間には、スタート地点から大きな食い違いがあります。

面接とは、試験のように合格不合格を決める場所ではなく、自分のことを面接官に正しく理解してもらい自分も会社のことを正しく理解する場です。

面接で言うてはいけないNGワードを通して、面接官の質問の本当の意図を教えてくれる本です。

就職活動中の方だけではなく仕事をする上で、どなたにも参考になる内容になっています。



参加人数：13名  
[男5・女8]

ジョブカフェこうち(高知市)、幡多サテライト(四万十市)をご存知でしたか?

- 知っていた 4名
  - ・幡多サテライトのみ 2名
  - ・両方 2名
- 知らなかった 9名

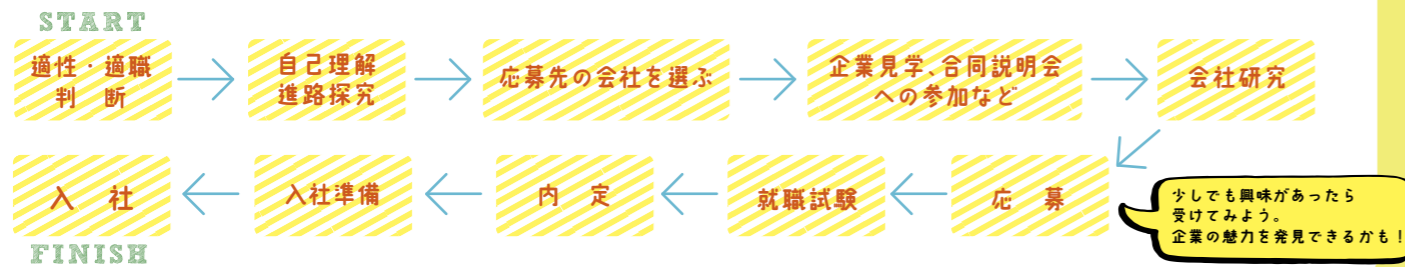
相談内容

- ・就職情報
- ・パート情報
- ・労働条件や待遇面について
- ・進路相談
- ・子どもの就職について
- ・退職後について
- ・自分に向いている仕事が見つからない
- ・仕事への不安 など

# FLOW CHART

一般企業の就職活動の基本的な流れ

就職活動は、一定のスケジュールに沿って計画的な行動をとることが必要です。書類の準備や事務手続きなどで忙しくなります。いざという時にあわてたりしないよう、あらかじめ活動全体の流れを理解しておきましょう。



## 相談・サポート関連施設のご案内

就職活動に迷ったり、転職を考えていたり、仕事に困っていたり……ちょっとしたアドバイスで、気持ちが楽になるかもしれません。気になることがあれば、どんなことでもかまいません。お気軽にご相談ください。

### 若者のための、高知県就職支援相談センター

#### ジョブカフェこうち

TEL: 088-802-2025 FAX: 088-823-7005  
高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル1F・2F  
運営時間 10:00~19:00  
年中無休 ※年末年始は除く  
http://www.jobcafe-kochi.jp/  
[設置主体] 高知県 [運営] 高知県経営者協会



#### ジョブカフェこうち 幡多サテライト

TEL: 0880-34-6860 FAX: 0880-34-6866  
四万十市右山五月町8-13 アピアさつき1F  
運営時間 11:00~19:00  
開所日 月・水・金・土曜日 ※年末年始は除く

### ハローワーク

**ハローワーク高知 (高知公共職業安定所)**  
高知市大津乙2536-6 TEL: 088-878-5320

**ハローワークジョブセンターはりまや**  
高知市はりまや町1-5-1デンテツターミナルビル4F TEL: 088-884-8105

**ハローワーク高知若者相談コーナー**  
高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル3F TEL: 088-802-2076

**高知新卒応援ハローワーク**  
高知市大津乙2536-6 TEL: 088-878-5342

**高知公共職業安定所 香美出張所**  
香美市土佐山田町旭町1-4-10 TEL: 0887-53-4171

**安芸公共職業安定所**  
安芸市矢ノ丸4-4-4 TEL: 0887-34-2111

**いの公共職業安定所**  
吾川郡いの町枝川1943-1 TEL: 088-893-1225

**須崎公共職業安定所**  
須崎市西糺町4-3 TEL: 0889-42-2566

**四万十公共職業安定所**  
四万十市右山五月町3-12 TEL: 0880-34-1155

### 悩みを持つ若者・保護者の相談専門機関



#### こうち若者サポートステーション

TEL: 088-844-3411  
saposute@pippikochi.or.jp  
http://www.pippikochi.or.jp/saposute/

高知市朝倉戊375-1  
ふくし交流プラザ4階  
開所日: 火曜日から土曜日 10:00~17:00  
(日・月曜日、祝日は休み)

#### サテライト

**すさきサテライト**  
須崎市西古市町1-24 高知県須崎総合庁舎3階  
開所日: 月曜日から金曜日(土・日曜日、祝日は休み) 10:00~17:00  
TEL: 080-1993-1768 susaki-sapo@pippikochi.or.jp

#### なんこく若者サポートステーション

TEL: 088-863-5078  
nankoku-sapo@pippikochi.or.jp  
http://www.pippikochi.or.jp/saposute/

南国市駅前町2丁目4-72  
開所日: 火曜日から土曜日 10:00~17:00  
(日・月曜日、祝日は休み)

#### サテライト

**あきサテライト**  
安芸市寿町2-8 安芸市総合社会福祉センター1階  
開所日: 月曜日から金曜日(土・日曜日、祝日は休み) 10:00~17:00  
TEL: 080-1993-1767 aki-sapo@pippikochi.or.jp

#### はた若者サポートステーション

TEL: 0880-34-9100  
hata-sapo@npo-tunagaru.net  
http://hata.support

四万十市具同田黒1丁目10番5号  
開所日: 月曜日から金曜日 9:00~17:00  
(土・日曜日、祝日は休み)



## 高知県Uターン就職サポートガイド

県外に進学した大学生や県内在住の大学生等の県内就職をサポートする、保護者の皆様のための情報誌です。

### 最新号の内容

- 高知県知事から保護者の皆様へ
- Uターン就職のススメ
- 数字で見る高知家のあれこれ
- 業界研究セミナーレポート
- インターンシップ生インタビュー
- 就活のノウハウ
- Uターン者の一問一答



## 学生向けメールマガジン

月に1、2回のペースで、新卒者の就職活動に関する高知県内の様々な情報を配信します。

**登録は無料です。ぜひご登録ください。**

### 内容

- 就職関連のセミナー情報
- インターンシップ情報
- 合同説明会、企業見学の情報など



高知求人ネット 学生 検索

「高知県Uターン就職サポートガイド」のお申し込みもこちらからどうぞ。

高知の情報  
続々配信中!!



ぜひ登録して下さい!

**高知求人ネット** **メルマガ配信**  
https://www.syoukei-jinzai.jp/kochi-kyujinnet/  
高知で働きたい方と企業とをマッチング。  
メルマガでは、新着求人情報やイベント情報を配信しています。

**「高知家で暮らす。」ポータルサイト** **メルマガ配信**  
http://www.pref.kochi.lg.jp/~chiiki/ijju/  
高知県へのU・J・Iターン(移住)を希望する方々のためのポータルサイトです。  
メルマガの配信登録により定期的に高知の情報をお届けします。

**高知県社会福祉協議会 高知県福祉人材センター**  
http://fukushi-jinzai.com  
高知県内で福祉の仕事への就職を希望する方に対して、職業紹介や福祉職場体験、就職フェアなどを行っている、高知県福祉人材センターのサイトです。

**高知しごとネット** http://www.pref.kochi.lg.jp/~shigoto/  
高知県内にあるハローワークをはじめとする職業紹介事業所等の情報や企業説明会などの情報、自治体職員の募集などを集約した就職支援サイトです。

Welcome



相談も試験対策も全てここでできる!

# ジョブカフェこうちへ!

## 対象

- 仕事を探している方
- 仕事の悩みがある方
- 学生(高校、大学、専門学校など)  
(保護者からの相談もお受けしています)

## 相談内容例

- なかなか就職につながらない
- 就職先を絞り込めない
- 就職活動にストレスを感じている
- 話す事が苦手
- 就職した事がなくて不安
- 就職しても長続きしない
- 転職を考えている
- 職場での悩み など…

ジョブカフェこうちは、若者のための高知県就職支援相談センターです。ぜひお気軽にお越しください。

ジョブカフェではこんなサポートを全て無料で行っています。



## ジョブカフェこうち

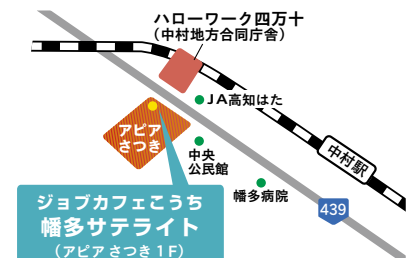
高知市帯屋町2丁目1-35  
片岡ビル1F・2F  
Tel.088-802-2025  
Fax.088-823-7005  
開所時間 10:00~19:00  
年中無休 ※年末年始は除く



## サポートメニュー

- 仕事に関する相談
- 学校への出前講座
- 職業適性診断
- 図書コーナー
- 就職に関する情報提供等
- 各種セミナー
- しごと体験講習

幡多地域では、**幡多サテライト** がご利用になれます。



## ジョブカフェこうち・幡多サテライト

四万十市右山五月町8-13 アピアさつき1F

Tel.0880-34-6860 Fax.0880-34-6866

開所日 月・水・金・土 曜日 ※年末年始は除く

開所時間 11:00~19:00

最新情報は、webサイトでチェックしてね!

ジョブカフェこうち

検索



<https://www.facebook.com/jobcafe.kochi>



[https://twitter.com/jobcafe\\_kochi](https://twitter.com/jobcafe_kochi)

## ジョブカフェこうち 3F併設

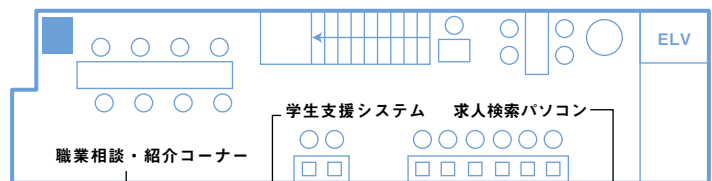
## ハローワーク高知若者相談コーナー

おおむね45歳未満の若年者及び卒業予定の学生の皆さんのための職業相談・職業紹介窓口です。

### サポート内容

- 職業相談・紹介
- 求人情報の提供
- 就職に関する情報提供
- 職業適性診断

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル3F  
Tel.088-802-2076 Fax.088-802-2072  
開所日 月~金曜日 ※土・日・祝日・年末年始休み  
開所時間 10:00~18:00



職業相談・紹介コーナー  
求人票への応募や面接相談は窓口で。スタッフが丁寧に対応いたします。



学生支援システム  
学生職業総合支援センターWEBサイトの閲覧や企業情報収集にご利用ください。



求人検索パソコン  
ハローワークの求人について詳細の閲覧や、求人票の印刷ができます。