

ジョブカフェ MAGAZINE

進路は、まだ模索中。
大学生活の中で
自分のやりたいことが
見つけれたらいいな。

就職は本人にまかせよう。
まずは自分がやりたいことを
見つけたいよね。

視野を広げられるように、
いろんな活動をしたらいいい！

就活は 家族で応援！

保護者ができるサポートって何だろう？

まさおか じょう
正岡 丈さん
高知大学理工学部
数学物理科学コース 2年生

高知大学「黒潮祭」の実行委員長を務めました。協賛のお願いで企業を訪ねるなど準備は大変でしたが、将来のことを考えるうえでいい経験になったと思います。

父：力さん(右) 母：かおりさん(左)

長男の就活では、スーツの準備や、希望する会社について少し調べたりするくらいのサポートはしました。次男の丈は将来についてまだぼんやりしているみたいですが、多分大丈夫だろう、と。陰ながら応援しています。

03

シリーズ「先輩からの就活 *Yell*」
JOB CAFE NEWS

2020. JANUARY

ジョブカフェこうち
本人はもちろんのこと
家族からの相談も
受けています。

就活への一歩を踏み出せない子どもへのサポートに悩んでいる。
また、職場で何か悩みがあるのかなと、
家族がなんとなく気づいた。
そんなとき、家族だからこそできるサポートもあります。
家族の方もぜひご相談ください。



母との二人三脚の就活。
ジョブカフェのサポートで
自分のいいところに気がついた！

介護の仕事を目指して

母が介護関係の仕事をしていたこと、祖父の世話をした経験もあって、介護の仕事をしたと思うようになり専門学校に進学。ところが実習でつまづき、卒業するのに1年弱ほど余計にかかってしまいました。これで仕事ができるのだろうか……と不安になったのです。

学校にも通い資格も取ったのだから、この道でやるしかない！ 福祉関係の企業合同説明会に参加し、事業所見学にも行きました。コミュニケーションが苦手なわたしを、母と一緒にサポートしてくれました。

母えり子さん

一歩踏み出せば、サポートしてくれる人がいる！

娘は自閉症があるので人と接するのが苦手。就活や将来に対して焦りや不安で苦しみながらも、一生懸命にやっている姿を見ました。ジョブカフェ、障害者支援センター、そして今の職場……娘の特性に配慮した対応をしていただけたことに感謝しています。

家族の方からの相談事例

- 就活の動きが見られない大学4年生の子どもに、どうアクションをかけたらいいいのか
- 親の目から見て子どもの進路選択が心配
- 高校を中退した子どもの就職をどう進めたらいいか
- 発達障害を持つ子どもの就職に不安がある

VOICE 就活での家族とのかわりか

大学祭のジョブカフェブース「出張相談会」に立ち寄ってくれた人たちに聞きました。



● 母親がケアマネージャーの仕事をしていて、子どもの頃から介護の仕事にふれることがあり、福祉関係の仕事に興味があった。
(専門学校1年・男)

● 親のすすめで消防士を受験したけど、落ちた。親に言われるままだったので、役場に勤めている兄の話も参考にし、改めて何が向いているのか考えた。
(専門学校1年・男)

● 母が看護師なので病院情報に詳しく、助かった。
(大学4年・女・病院内定)

● 大学院に進んでウダウダしていたら、親から「ええ加減にせえ」と言われた。親が持ってきた求人は、父と職種が同じだったので相談もしたし、書類の添削や面接の練習もお願した。
(社会人6年目・男)

● 親の意見は影響力が大きいので言いたくないし、本人の意思に任せる。真面目が取り柄なのでそれが生かせればいい。「見守る」と「ほったらかし」の境が微妙で難しい。
(大学1年の娘の母)

● 普段、娘は母親と会話することが多いけど、就活ではわたしの仕事内容を聞いてきたり、「公務員ってどう？」などと相談してくる。
(高3の娘の父)

特集
保護者ができるサポートって何だろう？

就活は家族で応援！

ジョブカフェこうちが実施しているプログラムや相談事業を通して、保護者がどう支援するといのかを探ってみます。

ジョブカフェ、おすすめ！
想像したよりハードルが低く、とても相談しやすいところ。セミナーに1回行ってみるだけでも、就活への向き合い方が全然違ってきます。

ほかの世界があるんだ

事業所ですすめられたジョブカフェに行ってみると、様々なセミナーがあり、就活に必要なスキルを学ぶことができました。何よりも、母以外に親身になって相談にのってくれるキャリアコンさんがいることは大きな励みになりました。ほかの仕事にも目を向けてみてはというアドバイスで、紹介されたのが明星産商さん。担当の方が質問にわかりやすく答えてくれ、ここで働きたいと気持ちが決まりました。

働くことが楽しい！

2019年2月に入社し、今は、瓶や箱などの容器の準備や傷や汚れがないかのチェックをしています。最初は馴染めるか不安でしたが、周りの人に話しかけやすいし、わかりやすく説明してもらえるので安心して仕事ができます。臨機応変に対応するのは苦手ですが、やることと時間がはつきりしていることをするのは得意。「できた！」を実感できるのがとても楽しいんです。

月2回、相談に応じてます。

ADVICE

「いいね！」を見つける
—— 家族だからできること

ジョブカフェこうち 臨床心理士
吉田 亜里咲

「就活」というハードルを前にして、自分のできないことばかりが見えてきて自信を失ってしまう。家族はやきもきして、「こうしたらいいのに」とできていないところを指摘するようなアドバイスをしてしまいがち。

そんな状況で「私には無理！」といったネガティブな発言や怒りは、本人からのSOSなのです。そこで叱るのではなく、それぐらいしんどくてエネルギーがなくなって不安なんだ……と読み替えるだけでもいいのです。

わたしが大事にしたいことは、本人のうまくいっているところと一緒に見つけるというサポートです。家族に「こんないいところがある」「昔からこんなところがステキだったよ」と話してもらえると、心が楽になります。成長をずっと見てきた家族だからこそ「ハローワークに行ってみよう」など、プラスαのことを行えるエネルギーを補充するようなサポートができると思います。

一番しんどい時期に家族がサポートしてくれると、心強い味方がいると勇気づけられ、先々の大きな力になると思います。



家族と一緒に「見つける！」

- ① 今うまくいっていることって何だろう？
- ② うまくいっている原因は？
- ③ これからもうまくいくようにするためには？

1983年、大阪府生まれ。
結婚を機に30歳で妻の故郷・高知に1ターン。
大阪での学童保育、高知での紙製造業の仕事を経て、ニヨド印刷に入社して6か月。

体験して決意できた！

伊藤 真人さん
ニヨド印刷株式会社 製造部

子どもが生まれたことで転職を考えるようになり、ジョブカフェこうちに相談すると、ニヨド印刷での職場体験講習を紹介されました。5日間、ひたすら紙を積むという仕事で、指がひどい筋肉痛に。前半はうまくいかず、お断りしようかなと思ったのですが、後半はうまく持てるようになりました。

講習は仕事の入り口を体験しただけ。中途半端でなく、もっと知って上にならう、ここで身を固めたい、と思ったのです。周りの人が「大丈夫？」と気遣ってくれたのが嬉しく、雰囲気がいい職場だと感じました。ここでやろうと決意できた一番の理由です。

成長したい

入社して半年なので、作業も遅くミスもします。同じミスをしない、少しでも速くできるように機械をさわる、膨大な種類の紙を覚える……そういった努力をして少しずつ成長していきたい。これまでの仕事ではあまり感じなかった思いがあります。

人との関係が心地いい

大阪の両親は、長男の僕が高知に来ることに賛成ではありませんでした。高知に来て6年、大阪より高知が居心地良くなっています。両親は今ではあれこれ言いませんが、自分が父親になって、育てる大変さを実感しています。子どもはよく熱を出したりしますが、家族に何かあったら休んでもいいと言ってくれる職場で、感謝しています。

働く環境はとても大事。そして何よりも人と人とのつながりを一番大切にしたいと思っています。

ADVICE

職場体験講習は一押し！仕事への取り組み方や素の自分を見てもらえます。僕は5日やってみて職場の雰囲気と判断するきっかけをつかめました。

就活

先輩からの

Yell
vol.3

「これが大事！」と思う就活の極意を、若手社員の先輩がズバリ、アドバイスします。

面接だけではわからないことが見える

代表取締役社長 御庄 康隆さん

体験では、紙を積みながら仕事ははけていくリズムとか、職場の雰囲気を感じてもらいたいと思いました。紙を扱うのは印刷職の第一歩。大変な仕事を最初にやって、自分で決めるのがいい。彼と話をして、仕事に対する前向きな姿勢がとてもよかった。職場体験講習はよくできたシステムだと思います。

彼のよさは真面目でチームで作業ができること。失敗をおそれず、安全第一で経験を積み上げていてくれたらと思っています。

製造部 掛水 弘利さん

ぴったり！がわかる

体験初日、受入企業の方の丁寧な説明と気遣いがとても温かだなと思いました。伊藤さんは1日目から自然体で、明るく積極的な姿勢がこの会社の雰囲気にぴったりだと思いました。

自分に合った職場・職種なのかを知るため、実際に職場で働いてみませんか。希望する企業で最長5日間、講習手当付きで体験できます。気軽にお問い合わせください！

小・中・高校生向けのキャリア教育も、保護者をしっかりサポート！

参加した保護者の方の感想を紹介します

小学生

「親子みらい×ワーク研究室」

対象：小学4～6年生とその保護者

2019年 7月31日(水) 参加者数：29名
8月 8日(木) 参加者数：11名
8月21日(水) 参加者数：30名

「シゴト☆ジブン発見カード」を使って親子でゲームのように楽しみながら体験することで、子どもの思いを知り、将来について語り合う機会が生まれています。



子どもの特性を改めて理解でき、マイペースな良さかなあと再認識した。

色々な仕事があることや、子どものタイプなどを知ることができて良かった。

子どもに自信をもたせてくれる言葉がけがうれしかった。

子どもとたくさん話をしたいと思った。

子どものやりたいことや興味のあることを客観的に見られてよかった。

中学生・高校生

「学校出前講座」

対象：高校1～3年生とその保護者

「社会で必要な力を身につけるには」
— 高知県立高知東高等学校 —
2019年 6月9日(日) 参加者数：23名

社会で必要とされる力は何なのか。どうすれば身につくのか。今の若者の強みや弱みを理解し、保護者が子どもをどう支援したらいいかを考える講座を開催しました。



息子も自信がないほうなので、自信の持たせ方がわかった。

子どもと話し、提案できる、アドバイスできる関係でいたいと思った。

今まで深く子どものこと、強み・弱みを考えたことがなかった。少しの時間だがじっくり考えることができ、子どもとも話してみたいと思った。

「サボステ」からのエール！

働きたいけど外に出ることが難しい……という人は、大きな不安を抱えています。

そんな場合は、家族が最初のアクションを！

家族の応援のポイント

本人が動き始めるのを待つ、そして変化のサインに気づく

本人が不適應を起こし始めているマイナスのサイン、笑顔や会話がなくなるなど上向きのサイン——その時がチャンス！家族はそんな動きを見逃さず、サボステなどの相談できる所に行ってみたらと声をかけてください。



こうち・なんこく
若者サポートステーション
詳しくは、HP から！

ジョブカフェこうちは、ケースに応じて《こうち若者サポートステーション》と連携し、一人ひとりに合ったプログラムでサポートしています。



こうち若者サポートステーション すぎきサテライト 相談支援員 山本 利恵子さん
こうち若者サポートステーション 所長 松木 優典さん／相談支援員 山中 茜さん

一番身近な家族のサポートは、就活において何よりの励ましなんだね！家族だけでは解決できないこともあるので、そんなときは気軽にジョブカフェやサボステにご相談ください。





頼れるサポーター・キャリアコンサルタント

素のまま 紹介 PART 2

「先生」というより、「アニキ!」「お姉さん!」と感じられるような、親しみやすく個性的なキャリアコンサルタントです。気軽に相談にきてくださ〜い。

本部 OBIYAMACHI

Uka Atsushi
宇賀 敦士

わたしの就活

30年近く前のこと。入社試験は一応ありましたが、面接対策や試験勉強などやった記憶がありません。

早々に内定もいただき、事前研修の名のもとに見学会や豪華な食事会に定期的に無料で招待され、恵まれていたな〜とつくづく感じます。



モットーは
「働く、輝く、自分らしく」

新入社員時代の
大失敗

ホテルマンとしてスタートした職業人生。その頃はアナログなサービスが主流で、電話対応ひとつでホテルの良し悪しが決まると教えられました。特に電話での名前の聞き取り間違いはタブーとされましたが、「タグチ」と「タブチ」、「ツダ」と「スダ」……何度かクレームを受け、平謝りしたことも。社会人としての基礎、人生の酸いも甘いも、この10年で培われました。



トレンドはずさない!? スキーヤー宇賀。

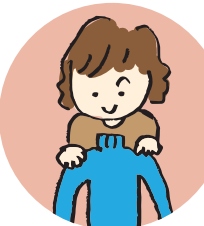
本部 OBIYAMACHI

Nakagoshi Kayo
中越 香代

座右の銘

「今の自分は過去の積み重ねの結果」

現在の自分は、まさしく過去の自分がしてきたことの結果であり、「未来は今から自分が作るもの」である。素晴らしい!



父の泣き落としでUターン

そのまま東京に居るつもりで仕事を決めていたところ、「急いで仕事を探さなくてもいいから帰ってきてほしい」と若干酔っぱらった父からの泣きながらの電話。

涙にほだされて帰ってきてみると……現実はそう甘くなかったのです。

わたしの就活

好きな芸能人

大泉洋。マイケルジャクソンの動画には感心するやらおかしいやらで涙さえにじみます。



サテライト HATA

Ueta Takahiro
上田 貴洋

座右の銘

「高く飛ぶためには思いっきり低くかむ必要があるのです」(山中伸弥)

周囲からの期待や重圧、様々な試練を乗り越えてノーベル賞受賞という偉業を果たした方の金言だと思います。

就職活動も、焦りや不安など「自分との闘い」の場面がいくどもあります。何かを成し遂げるには、地道な活動、自分との闘いが必要であり、障壁が大きく多いほど価値ある結果を生み出すのでは……。



為せば成る!



お気楽な学生生活を送っていた頃

就活も登山もゴールまで楽しんで!



20代はじめての頃、職場のネットワーク環境の設定を担当することになったとき、素人が本を見ながらパソコンと悪戦苦闘! なかなかうまくいかず、思い通りにならないパソコンを〇〇したい気持ちをおさえ、何日もかかり設定し終えたときの記憶はいまだに鮮明に残っています。為せば成る! の姿勢はそのとき学ぶことができました!!

ストレス解消法

無心で車を運転したり、普段行かない場所を訪れ違った景色に触れたりすると、気持ちがリフレッシュ! 一時、長距離ドライバーの仕事に憧れたこともあり、愛車の走行距離は20万km超え(笑)。これからはガソリン代と高速代が持つ限り、全力で走り続けます!!

イベント・セミナーのご案内

こんなことやってます!

ジョブカフェこうちは、多彩なイベントやセミナーを開催しています。

これから開催するイベント・セミナーの案内は随時、HP・SNSに掲載していますので、情報をチェックしてご参加ください。

出張相談会

in 大学祭



参加者の感想

進みたい道は決まっていますが、適性診断に興味があり参加してみました。学校では進路相談などは特にないので、キャリアコンさんのアドバイスは嬉しかったです。(医療系専門学校2年生)

マスメディアに興味があり、夏休みにインターンシップにも行きました。その一方で演劇にも興味があり、就職するかやりたいことに挑戦するか悩み中。何かヒントになることがあればと思い、参加してみました。(高知大学3年生)

内定はもらっていますが、就職までの準備などアドバイスがもらえてよかったです。(高知大学4年生)

将来については、まだボンヤリしているので、適性診断結果も参考にしたいです。(高知工科大学1年生)

次回の出張相談会

「ハローワーク四万十」(1/31・2/25・3/24 9:30~12:30) 「高知蔦屋書店」(2/13 13:00~16:00)

業界研究会 (IT企業)

11.27(水) ジョブカフェ内セミナー室
参加者数: 10名

(株)SHIFT PLUSの鈴木さんを講師に、高知県内のIT企業や初心者でもチャレンジできるポジションの説明など、ワークを交えたセミナーとなりました。業界のことを多角的かつ深く知ることができるセミナーです。気になっている業界について研究してみましょう。

参加者の感想

- とても分かりやすく、聞きやすかったです。もっと聞きたいと思っていますので、ぜひ第2回、3回と続けていってほしいです。
- あまり大人数の場は慣れていないため少しドキマギしましたが、ワークも何とかできたので少しずつ前に進めていこうと思います。
- 具体的にIT業界がイメージできました。今まで考えることがなかった業界や職種のグループワークは他者の意見が聞けてよかったです。

次回【ホテル・旅館業界】は2月26日に行います。



高知県広報番組「おはようこうち」でON AIR! [12.8(日)]

新しいサービス「オンライン相談」を中心に、ジョブカフェこうちの取り組みについて紹介してもらいました。県石アナウンサーや大学生、くろしおくんも(!?)体験した「オンライン相談」は、ご自宅など好きな場所からキャリアコンサルタントに相談ができます。保護者の方からの相談やウェブ面接対策にも使えます。みなさんもぜひ活用ください。



放映された内容は、高知県HP(こうちインターネット放送局)でご覧になれます。➡



Seminar Information

各セミナーの詳細は告知チラシおよびHPでお知らせします

セミナー	対 象	開催日時・場所	内 容
若者向け 企業合同説明会	求職者・在職者	1月20日(月) 13:30~16:00(最終受付 15:30) 高知会館3階 飛鳥の間	仕事を探している方、転職希望の方が高知県内の企業と各ブースで直接話ができ、自分の欲しい情報を得ることができます。
企業見学会	求職者・在職者 高校生・大学生等	1月29日(水) 9:45~17:00 県内企業3社訪問 竹虎株式会社 / (株)けんかま / (有)見元園芸	職場や実際の仕事を見ることで、様々な業界の魅力や特色を知ることができ、働くイメージがわきます。
業界研究会 [ホテル・旅館業界]	求職者・在職者 高校生・大学生等	2月26日(水) 13:30~15:30 ジョブカフェ内セミナー室	企業の経営者などから、様々な業界の情報や、そこでしか聞けない話などを直接聞くことができます。
少人数セミナー	求職者・在職者	毎月 本部 3回 / サテライト 1回 ジョブカフェ内セミナー室	自己分析やビジネスマナー・グループディスカッションなど就活に生かせるテーマで開催する6名程度のセミナーです。
職場体験前 セミナー	39歳までの求職者	毎週1回 ジョブカフェ内セミナー室	職場体験前に、職場での心構えや仕事への姿勢などを学ぶセミナーです。

ジョブカフェこうちは高知の若者の就職をサポートするために高知県が設置している就職支援機関です

ジョブカフェこうち

本部

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル1F・2F

TEL. **088-802-1533**

開所日 月～金曜日 / 第2・第4土曜日

※祝日および12/29～1/3を除く

開所時間 10:00～18:00

サテライト(幡多)

四万十市右山五月町8-13 アピアさつき1F

TEL. **0880-34-7730**

開所日 月・水・金曜日

※祝日および12/29～1/3を除く

開所時間 13:00～17:00



Webサイトから相談予約ができるよ！

<https://www.jobcafe-kochi.jp/>

ジョブカフェこうち

検索



イベント情報などタイムリーに配信！

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歳未満の若年者およ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

開所日 月～金曜日 ※土・日・祝日・12/29～1/3を除く

開所時間 10:00～18:00

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル3F TEL. **088-802-2076**

<https://www.jobcafe-kochi.jp/hellowork/>



ジョブカフェこうちでは、就活に関するメールマガジンを配信しています。
ご希望の方は下記よりご登録ください。

<https://www.jobcafe-kochi.jp/newsletter/>



QRコードからも登録できます。

ジョブカフェこうちは、(株)東京リーガルマインドが高知県から受託し、運営しています。

