

ヒトとシゴトとミライをつなぐお手伝い



# ジョブカフェ★マガジン



Job Cafe Magazine

令和4年3月31日発行 高知県就職支援相談センター ジョブカフェこうち

TAKE FREE

No. **12**  
2022 Mar

## Cover

おかむら よしたか

岡村 吉崇さん (30歳)

学校法人日吉学園 もみのき幼稚園

高知県出身。父親の仕事のため、県外で育つ。大学卒業後、製造業に就職するも、職場の雰囲気にあわず退職。その後、「いちどは高知県で暮らしてみたい」という憧れを胸に、2019年に移住。「自分に合った仕事」を考えるため、ジョブカフェこうちで適性診断を受け、職場体験も受講。その中で「人と関わる仕事がしたい」という思いにいたり、保育補助員としての就職を決めた。

先輩たちに聞きました! //

就活中の  
あなたへ贈る

# メッセージ

【連載企画】 キャリアコンサルタントに聞く「就活のススメ」

「先輩からのYell」

先輩たちに聞きました!

就活中の  
あなたへ贈る

# メッセージ



## Q

「実際に働いてみて、良かった!」と思ったことは?

自身が社会的に未熟であると気付けたこと。そして少し人として成長できたこと。患者さんからの挨拶や何気ない「ありがとう」がこんなに嬉しいとは思わなかった。



(20代、男性、介護職)



様々な世代の方と話ができること。内向的な性格だったが、人と話す機会が多いため、お客さまに気楽に声をかけられるようになった。

(20代、女性、販売員)

今まで知らなかった制度などを学べた。



(40代、女性、事務職)



職場の方と案を出し合い、良い商品を作ることで、ものづくりの楽しさを改めて実感できた。

(20代、女性、専門職)

働いてみたいと思っていた職業に就けたこと。商品を購入されるお客さんの喜ぶ声が聞けたりすることがとてもよかった。



(20代、女性、接客業)

キャリアコンサルタントから一言

やってみなければわからない!

何のために働くのでしょうか。経済的な自立、自己実現、社会貢献など人それぞれですが、それを考えておくことが大切です。働くことは苦勞も多いですが、同じくらい喜びもあります。その経験があなたの糧となります。

キャリアコンサルタント 米田さん

昨年、「ジョブカフェこうち」を通じて就職を実現した先輩に、就活中に大事にしていたことや、実際に働いてみた感想を聞きました! あなたの就活の参考にしてみてくださいね!

## Q

真似してみよう! 就活中に大事にしたことは?

「やりたい仕事かどうか」はもちろんですが、「自分にできそうな仕事か」や「職場の雰囲気」に重きを置いていました。



(20代、男性、保育補助)



市役所・ハローワーク等、情報のある場所(HPなど)を細かく見ること。

(40代、男性、販売)

求人情報を見て興味がある職場があった場合、ハローワーク等にも行って相談していた。



(40代、女性、事務職)



気になった店舗に実際に行ってみたり、情報をたくさんつかむこと。

(20代、女性、販売員)

身だしなみを整える。積極的に取り組む。



(20代、女性、専門職)



何事にも好奇心を持つこと。

(20代、男性、介護職)

キャリアコンサルタントから一言

白か黒かの極端な考えにならないこと!

自分の中に就活の軸(自分の価値観)があるのは良いことですが、山頂を目指すのにルートは複数あるように、臨機応変な考えで選択肢を広げましょう。

キャリアコンサルタント 新谷さん



# ジョブカフェこうち WEBサイト & SNS

あなたらしい就活のための支援メニューを情報発信!!

ジョブカフェこうちのWEBサイトではセミナーや相談会などの最新情報を随時更新中!  
さらに、SNSではセミナーの様子などタイムリーな情報も配信しています!  
ブックマーク&フォローしてご自身やご家族の就活にお役立てください♪

## 支援メニュー・セミナー内容動画



毎月開催されるセミナーのポイントや、ジョブカフェこうちの支援メニューの内容などを30秒程度の動画に集約!  
まずは動画を見て気になる支援やセミナーを探してみよう♪

## ジョブカフェマガジンバックナンバー



これまでジョブカフェこうちが発行してきた「ジョブカフェマガジン」をはじめとする冊子のバックナンバーも  
WEBサイトで閲覧・ダウンロードすることができます。隙間時間にぜひチェックしてみてください♪

## ジョブカフェこうち公式SNS



「Facebook」や「Twitter」ではwebサイトの更新情報をはじめ、セミナーの様子や開催情報など、就活に関するタイムリーな情報を随時配信!  
相談予約の空き情報なども見られるので、ぜひフォローしてみてください♪

# Q

「まずは体験してみる」ということが大切だと考えます。企業説明会などの話を聞くだけのイベントでは、自分がどう働いているかが想像しづらいと思います。職場体験をさせてもらえるところがあれば、ぜひ利用してみることをお勧めします。自分だけではなく、相手側からも自分を知ってもらえるので、とてもいい制度だと感じました。



(20代、男性、保育補助)



人と人との縁を大切にしてください。色々な体験が、自分のできることを増やしてくれるので、チャレンジ精神をもってほしい。コロナ禍で不安だらけと思いますが、無理し過ぎないように頑張ってください。

(20代、女性、販売員)

求人情報だけでは分からないことばかりなので、ジョブカフェの職場体験を利用しつつ、自分のできごとや、してみたいことにチャレンジしていけたらいいですね。



(20代、女性、接客業)



就活中は、なかなか決まらなかったり、思い通りにならなくて落ち込むこともあるかもしれませんが、諦めずに頑張ってください。自分に合う職が見つかりますように。

(30代・40代、女性、農業)

自分に合ったしっかりした企業を選ぶこと。



(20代、男性、運送業)

キャリアコンサルタントから一言  
～やりたいこと～

就活をよく聞かれるのが、「やりたいことが見つからない」という言葉。実は、人には「仕事をする前に見つける人」と「仕事をしながら見つける人」がいるのです。焦らず、視野を狭めず、進めていきましょう。

キャリアコンサルタント 中越さん

エールを送ります!  
今就活中の人にかけてあげたい言葉





ようやくめぐりあえた  
自分が輝ける職場！

**プロフィール**

おかもら よしたか

**岡村 吉崇さん**

1992年、高知県生まれ。父親の仕事のため、大学卒業まで県外で過ごす。千葉県で就職するも、「いちどは高知で暮らしてみたい」と思い、2019年に移住。その後、ジョブカフェこちのサポートを受け、学校法人日吉学園で就職を実現した。

# 先輩からの Yell

エール

## 岡村さんの就職活動の流れ

- STEP 1 適性診断
- STEP 2 カウンセリング
- STEP 3 職場体験
- STEP 4 面接準備
- STEP 5 内定

「まさか自分が、子どもと関わる仕事に就くなんて」と、笑いながら話す岡村さん。しかし、その親しみやすい笑顔は、子ども達から大人気。新人の保育補助員ながら、園長や周囲の先生からも期待されている。

岡村さんは、高知県で生まれたものの、父親の仕事のため、大阪府や千葉県で育った。千葉県で就職したが、働いていた製造業の職場が合わず退職。「静かな環境の高知県で暮らしてみたい」と思ったことをきっかけに、2019年、高知県に移住。しかし、「当時はまだ明確な意思を持って就職活動ができていなかったかもかもしれません」と振り返るように高知で転職した職場も2年ほどで退職してしまっ。あらためて、「自分に合っている仕事はなんだろう」と考えるため、ジョブカフェこちで適性診断を受けることにしたと

言う。

「適性診断で対応してくれたキャリアコンサルタントさんには、本当に良くしてもらいました。すぐに就職しなきゃ、と急がすこともなく、じっくり話を聞いてくれて。この方がいなければ、高知県を離れていたと思います」と話すほど、ジョブカフェこちで大きなサポートを得られた岡村さん。気になる求人を見つけたときも、すぐに職場体験を手配してくれた。休職中に、偶然、子ども達と遊ぶ機会もあり、「人と関わる仕事がしたい」と考え始めていた気持ちに、保育補助員という仕事につながった。「職場の雰囲気も自分にとても合っています。先生が子ども達に教えるように、子ども達も自分たちでできることを、子ども達から聞きたい」と意気込んでいる。

## 学校法人日吉学園 もみのき幼稚園 園長 橋本 正博さん

未経験でも、先輩や園児からいろいろなことを学び、一人前になる努力ができれば大丈夫です。自分が一番活躍できる、やりがいある職場に出会えるように、皆さんを応援しています。



ジョブカフェこちの職場体験では、採用前に実際の仕事を最長5日間体験でき、受講手当も支給されます。ぜひお気軽にお問い合わせください。

# キャリアコンサルタントに聞く 就活のススメ

今回の体験者  
**川村朱莉さん**

社会人一年生。「職場で自分の考えをどのように伝えたいか」、「もっと良い伝え方はないか」など、日々模索中。コミュニケーションスキルを学びたい!



## 今月のテーマ 対人関係力アップ「少人数セミナー」を体験!

自分の気持ちや相手を相手に上手に伝えるには？  
基本も学べる、実践もできる！「コミュニケーションセミナー」

ジョブカフェこちが開催している「少人数セミナー」は、就職活動に取り組んでいる方にももちろん、すでに就職して働いている方にも役立つ内容がたくさんあります。今回、実際に体験してみるのは、「職場でのコミュニケーションに自信がないんです」という、社会人一年生の川村さん。そこで、「対人関係力アップ」をテーマにした少人数セミナーに足を運んでみました。

担当する講師は、ジョブカフェこちのキャリアコンサルタント、新谷茂さん。「コミュニケーションで大切なのは、自分が言いたいことをそのまま言うのではなく、相手の立場に立って伝えること。そのためにも、自分も相手が尊重するコミュニケーションです。」自分の気持ちを慢せず明確に伝えることは、面接でも、職場でも、とても大事なことです。そのうえで、相手がそれを気持ちよく受け取ることができるように、どんなコミュニケーション

## 「少人数セミナーの流れ」

- 1 まずはテキストを使って講習！  
講師が作成したオリジナルテキストを使い、「コミュニケーションとは何か？」を学ぶ。演習問題やデモンストレーションを挟みながら、自分のなかで考えを整理していく。
- 2 概要の次は、実践に向けたレクチャー！  
理論的な理解ができれば、今後は、実践に向けて講師がレクチャー。初めての受講者でも体感できるように、実際のコミュニケーションのように、やりとりを試みる。
- 3 実践を通じて、コミュニケーションスキルを習得！  
最後は、受講者自らコミュニケーションを実践。講師や他の受講者と練習することで、就活でも役立つ自己PR術や、職場で使えるスキルを習得することができる。

を行うべきか。新谷さんは演習問題や実践を交えながら、丁寧に教えてくれます。

「アサーションでは、例えば、相手に共感することが大事になります。相手の話に対して、『いや、自分はこう思う』と否定したり、つっぱねるのではなく、まずは相手が話したことをそのまま受け止めてポイントを伝え返してみよう。そんな新谷さんのレクチャーを受けて、川村さんも実践にチャレンジ！」

職場でコミュニケーションをするときに、自分でできていなかったことが、見えてきました！と手応えがあったようでした。

新谷さんは、「アサーションができるようになれば、自分の思いが相手に伝わりやすくなります。自己PRが上手にできたり、職場の風通しも良くなるでしょう。コミュニケーションにお悩みの方は、ぜひセミナーに来てください」と話してくれました。

## Check! 少人数セミナーのポイント!

- ✓ 講師が実践を交えて教えてくれる!
- ✓ 少人数だから、じっくり納得がいくまで練習できる!
- ✓ 就職活動でも、職場でも役立つスキルが身に付く!

## 今回答えてくれたのは... キャリアコンサルタント 新谷茂



ジョブカフェこちのキャリアコンサルタントとして、就活中の面接対策はもちろん、就職後の相談などにも対応しています。コミュニケーションの基本は、「私とあなたで、一緒に成し遂げるため、力をあわせよう!」という姿勢。相手を大切に、自分も大切にコミュニケーションができるようになれば、いろいろなシーンで役立つことでしょう。少人数セミナーで、一緒にチャレンジしてみませんか?

## セミナーインフォメーション

各セミナーの詳細は告知チラシおよびHPでお知らせいたします

| セミナー・イベント         | 対象             | 開催日程・場所                                   | 内容   |
|-------------------|----------------|---|--|
| 少人数セミナー           | 求職者<br>在職者     | 毎週金曜日<br>(祝日等の場合は変更あり)<br>ジョブカフェ内セミナー室    | 自己分析やビジネスマナーなど、就活に役立つ<br>テーマで毎月開催！6名程度の少人数で行うセ<br>ミナーです。 |
| 職場体験前<br>セミナー     | 15～51歳の<br>求職者 | 毎週月曜・木曜日<br>(祝日等の場合は変更あり)<br>ジョブカフェ内セミナー室 | 職場体験講習に入る前に、職場での心構えや仕<br>事への姿勢などを学ぶセミナーです。               |
| グループワーク           | 求職者<br>在職者     | 毎月1回<br>ジョブカフェ内セミナー室                      | 日常の慌ただしさからひととき離れて、自分を見<br>つめ直す、少人数でのグループワークです。           |
| ジョブチャレンジ前<br>セミナー | 15～51歳の<br>求職者 | 毎月1～2回<br>ジョブカフェ内セミナー室                    | グループワークを中心とした3日間のセミナーで、<br>「ジョブチャレンジ」に向けた準備をしていきます。      |

※諸般の事情により変更・中止になる場合があります。

# ジョブカフェこうち オンライン相談受付中!

ネットに繋がる環境があれば、お手持ちのスマートフォンやパソコンから相談できます！  
ジョブカフェが遠い方や、WEB面接の練習をしたい方におすすめです♪



HPまたは電話で予  
約(3開所日時まで)

ジョブカフェから  
招待メールが届く

「ZOOM」のアプ  
リをダウンロード  
※無料

招待メールに記  
載されている方法  
でアクセス

画面越しに相談！  
(映像OFFも可)

詳細は  
こちらから!



※会議アプリ「ZOOM」を使用します。通信料が高額になる場合がありますので、Wi-Fi環境下でご利用ください。

## お申し込み・お問い合わせ

### ジョブカフェこうち(本部)

☎088-802-1533

🌐 <https://www.jobcafe-kochi.jp/>

✉ [info@jobcafe-kochi.jp](mailto:info@jobcafe-kochi.jp)

📍 高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル

🕒 月曜～金曜、第2・第4土曜

※祝日および12/29～1/3を除く

🕒 10:00～18:00 (金曜のみ10:00～20:00)



### ジョブカフェこうち サテライト(幡多)

☎0880-34-7730 サテライト(幡多)の開所日は  
本部へ転送されます

📍 四万十市右山五月町8-13 アピアさつき1F

🕒 月曜・水曜・金曜

※祝日および12/29～1/3を除く

🕒 13:00～17:00

就活に関するメールマガジンを配信しています

ジョブカフェこうち Twitter・facebookでも情報発信中!



ジョブカフェこうち(本部)3F併設 **ハローワーク高知若者相談コーナー** ☎088-802-2076

おおむね50歳までの方が利用できます

- 📍 高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル 3F
- 🕒 月～金曜 ※土・日・祝日・12/29～1/3を除く
- 🕒 10:00～18:00

サポート内容

- 職業相談・紹介
- 求人情報の提供
- 就職に関する情報の提供