

高知の若者を応援するフリーペーパーです。

明日、

18

2016.Oct No.

PRESENTED BY ジョブカフェこち

帰ろう！
変えよう！
高知県
http://www.pref.kochi.jp



高知家

TAKE FREE

今号表紙：Kochi 黒潮カントリークラブ (安芸郡芸西村)

ジョブカフェは、
こんなこと
やってるんです！

集中セミナー 出前講座に潜入！！

特集

専門学校生が突撃取材！

適性診断
受けてみました！

仕事は楽しい！
キャリア2年目の堀川さん
「VOICE」にも登場します！

就活のミカタ

自分のキメ顔を知ろう！

採用者の目にとまる、
少しの差で好印象な証明写真。

- 28年度 オリジナルセミナーのお知らせ
- 相談・サポート関連施設のご案内

VOICE

ジョブカフェ活用のおすすめ



Naoです!

就活を1年後にひかえた
専門学校生が突撃取材!!

週3月水金で開催している

集中セミナーって何!?

ジョブカフェこうち初訪問!

あの、
今日の集中セミナーは
どんな内容なんですか?

このセミナーは、
受講者の希望する内容なので、
それぞれ内容が違ってますよ。



キャリアコンサルタント・中越さん



濱窪 奈央(18歳)
国際デザインビューティーカレッジ・グラフィック
デザイン科1年。夏休みの1か月間、出版社でインター
ンシップ。特技はダンス。ARASHIが大好き!

それぞれ
違う内容って?



このセミナーは予約制で約50分、
相談員がマンツーマンで
じっくり指導いたします!

「明後日、面接があるんです」という方には
模擬面接をやりやすくし、応募書類の添削など、
それぞれの対策に合わせた内容になります。

あー、そうか。
何名かで講義を受ける
一般的なセミナーを
イメージしてたでしょう。

マンツーマン
マジか!?

リクエストに応じてくれるって
いいですね。
そ、それは受講者としては、
すごく嬉しいです。
しかも週3の開催なら、
気軽に申し込みできますね!



- 例えば...
- どういう仕事をしたいのか分からない
 - 働くことに自信がない
 - 就活の仕方が分からない

周りの人にも相談しにくい
など、あなたが抱える悩みや
不安をご相談ください。一緒
に話をしながら解決してい
きましょう!

ぜひ!
気軽にお申し込みください。
些細なことでもいいんです。
まずは、悩みを
ぶつけてください!



あー相談者がいらしたのって
いいですね。



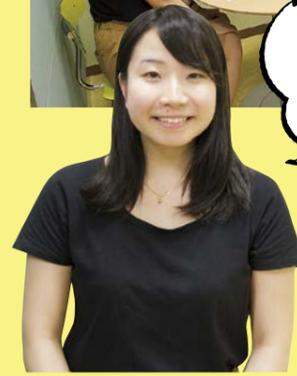
本番さながらの模擬面接。緊張で答えに詰まることも...



受講者
VOICE

面接試験が
3日後なんです。
最後の練習に
来ました!

少しお話をさせてください。



北川侑子さん 公務員志望

プロからのアドバイスがすごく頼もしい!
毎回担当者が違うので、初対面という緊張感があり、
面接力が鍛えられます。

大学のOBの方から勧められて、ジョブカフェを利用する
ようになりました。学校の就職相談室も利用していますが、面
接の練習となると、知っている人じゃなく学校外での練習がい
いと思いついて申し込みました。

今日は2回目の模擬面接を受講しましたが、1回目よりス
ムーズに受けることができたように思います。どんなことを
質問されるのか今回もドキドキしましたが、面接は慣れるこ
とが大事だと思います。自分の悪い癖を指摘してもらい、10年
後のビジョンをイメージして答えられるように、などの確な
アドバイスもいただき、課題が見えてきて不安も解消されて
きました。

履歴書を見てもらいながら、じっくり相談。



面接で、
話したいことが
増えてきました。



川村夏美さん 一般企業志望

模擬面接を通して、自分自身気づきが多く、
成長しているように感じます。

ハローワーク登録時に紹介してもらい、
今年の2月からジョブカフェを利用してい
ます。履歴書の添削をしていただき、模擬面
接も何度か受講しています。特に私は面接
が苦手ですが、最初はうまく受け答えができな
かったのですが、回数を重ねることに自己
アピールの仕方など、どう話したらいい
のかが意識できるようになりました。
毎回違うセミナーの担当者が、違った視
点でアドバイスしてくれるので、比較でき
るのもいいですね。

じゃあ
次は...
じゃあ...
じゃあ...

集中セミナーに興味を持ったら、お問い合わせください。
受講時間など、詳細は web サイトでもチェックできます。

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

履歴書の最大の難関！自己PR、志望動機の書き方 ポイントおさえてクリアしよう！



履歴書は、唯一事前に準備できるあなたのパンフレットです！
自己PR、志望動機は重要項目です。ポイントをつかんで文章作成の練習をしましょう。

自己PRを書く

まず、伝えたいキーワードを書き出し
5W1H (2H) に沿ってつないでみましょう。

いつ……when どこで……where
だれが……who なにを……what **5W**
なぜ……why

どのように……how どのくらい……how much **2H**

❖ KEYWORD ❖

早起き、野球、新聞、朝食、日課、準備、健康

① **事柄【行動】** ★接続詞～することによって、なので等

② **結果の事柄**

① 私は中学校在学時から5時に起き野球の
早朝練習をしていました。

そのことによって

② 今では早起きが日課となっています。

朝、新聞を読む時間ができ ② その日の準備をしっかり
① する事ができています。また、朝食をゆっくりと
① することができるので健康管理につながっています。
②

志望動機を書く

過去 のエピソード…①②

未来 入社後の目標…③④ を考えてみましょう。

してきたこと ①…〇〇することにより
②…どんな結果になったか

入社後の目標 ③…どう働き(心がけ)
④…どんな結果にしたいか(貢献)

❖ KEYWORD ❖

気軽、笑顔、対応、知り合い、情報交換、顧客、販売

① 私は、初対面の方にも気軽に話しかけ ② 知り合いになって
います。

② そうすることで、友だちの輪が広がり、いろんな情報交換
ができるようになりました。

貴社では笑顔で丁寧に接客することを心がけ お客様に
③ リピーターとなっていただき ④ 販売につなげたいと思い
応募いたしました。



よぉし！書いてみよう～

この日の講座内容は…



履歴書の書き方
at 岡豊高校

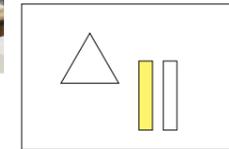
① 座学

「人はどうして働くの?」「仕事をして喜ぶ人は誰?」
就職する前に、働くことの意味を改めて考えてみました。

② コミュニケーションゲーム



2人ペアになって、紙に書いてある絵
の詳細を相手に伝え、同じ絵を書いて
もらう。伝え方と聞き方のテクニック
が問われるゲーム。



例えば、この図形を同じよう
に書いてもらうために相手に
どのように伝えますか?
紙の向き、図形の左右の
余白、形、向き、色…など

③ 履歴書を書く練習



基本ルールを学び、自己アピール・志望動機の記事構成を考えて作成。

約2時間30分の長時間の講座でしたが、座学だけでなく
ゲームもあり、あまり長さを感じませんでした。
クラスメイトではなく初めて話をする人同士のように
でしたが、楽しく話し合いができていました。



ジョブカフェこうちは、中学校から大学まで、依頼に応じて講師(キャリア
コンサルタント)を派遣しています。
中学生には、職業意識や社会力、自立心を早い時期から身につけさせるた
めのキャリア教育講座、高校生・大学生には自己認識や進路選択、就活のた
めの実践的な講座を行っています。

出前講座やっています！



どちらでもない
4人

講習はどうでしたか?
参加人数：19名

参考になった
15人

満足度も
高いですね～

■丁寧な教えてくださり本当に良い経験となった。就職するという気持ちを新たに強く持てた。

■履歴書の書き方がとても参考になり、自分に自信が持てた。

■自分の考えをまとめることができた。

■参考にできる所も多く、これからの活動に活かせると思った。

■自己PRの書き方のポイントを少し理解することができた。

受講後の感想



ジョブカフェの周知と活用を広げるために、若者のリアルな声を聞きました！

Voice

ジョブカフェ？
就職サポートって何？

ジョブカフェ行ったら
こんな相談しては？



認知度低め…。
ジョブカフェ
初めて訪問。

関西大学 社会学部 3年生
鍋島 真由さん

大学進学で高知を離れると、これまで分からなかった高知の魅力が分かりました。食べ物や水がおいしい、都会にはない自然の魅力があります。周りにも、意外と高知に観光に行く人が多いです。公務員志望で、高知での就職を考えているので高知県庁のインターンシップに応募しました。

充実したジョブカフェのサポート内容にびっくり！ 利用しなきゃもったいない！

来年就活を控えています。夏休みの1週間、高知県庁の雇用労働政策課でインターンシップをさせてもらえることになり、ジョブカフェに興味を持ったので、見学させてもらいました。

見学の機会をいただくまでは、利用したこともなく名前を知っているくらいで、若者対象の職業紹介所という認識を持っていました。

就職関連の施設となると、入りにくい、敷居が高いイメージがありました。入口はかわいらしくて内装も明るいカラーリングで印象が良かったです。改めてジョブカフェが行っている就職支援内容を知り、今大学で勉強している

こととリンクしていて、とても興味深かったです。

特に、ジョブカフェうちオリジナルの「しごと体験講習」はとても良い取り組みだと感じました。5日間就業体験ができ、企業にとっても求職者にとってもミスマッチが起きないような取り組みです。また、面接対策や各種セミナーも充実していて、適性診断後のキャリアコンサルタントとの相談体験は内容の濃い充実したお話ができました。

高知での就職を考えているので、地元の情報、傾向と対策にジョブカフェを利用したいと強く思いました。いや、利用しなければもったいない！ですね。



フオア〜！

就職後、「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」に
先輩社員として登壇。

Kochi 黒潮カントリークラブ キャディ2年目
堀川 尚平さん

キャディの仕事って？

早番だと5時に出勤。玄関でお客様をお迎え、挨拶から始まります。ゴルフバッグの管理、クラブのお手入れもします。その日の風を読むのもキャディの大事な役目です。コースはハーフで交代ですが、約2時間30分の中、お客様の体調管理も大事。場内で体調不良になった方のために、すぐに連絡ができるようにしています。

遠くは宿毛の沖合にある鵜来島にまで行くほどの釣り好き。職場も自然豊かな環境で気持ちいいです。

どんな仕事をしたいかも大事だけど、 自分に合った仕事、職場をさがしてみても どうでしょうか。

釣りが大好きで、将来は漁師になりたいと思っていました。なので、自分がゴルフのキャディの仕事に就くなんて思いもしなかったです。

最初の3か月は、先輩について仕事を覚えました。ゼロからのスタートで、想像以上に覚えることが多く、メモは欠かせませんでした。体力的にもしんどいし、先輩から「昨日よりできてないぞ！」と叱られるのが一番辛かったです。ただ、辞めたいと思ったことはありません。

お客さんに、自分が読んだラインでカップインして喜んでもらえたり、「堀川くんのおかげで楽しい

プレイができた、また来るね」などと言われるとすごく嬉しく、やりがいを感じます。3年目からはプロのバッグをかつぐことができるのですが、「堀川なら2年目でもいけそう」と上司から言われ、今はそれを目標にジム通いも始めました。日々、自分が成長してるなど感じることもあり、毎日が楽しく充実しています。

好きなことを仕事にできるのが一番いいとは思いますが、自分がその仕事をがんばれるか、楽しいと思えるかも大事だと思います。あまり職種を絞りにくく、視野を広げて就職相談をしてみてもいいかと思っています。

最後に！！

職業適性診断 受けてみました！！

デザイナー志望ですが…



小さい頃から絵を描くことが好き。高校の時に学校新聞を作ったことがきっかけでデザインに興味を持った。デザイナー志望なんですけど…結果は如何に！？

自分がどの職業に向いているのか、こういった役職がいいのかを、いくつかの項目に分けて診断。
そもそも、**適性診断って？** **自己分析、履歴書作成時の参考資料としても活用できます。**
この診断で意外な結果が出ることもあるので、新しい自分を発見できるかもしれません。



まずは登録！！

職業適性診断を受けるには、ジョブカフェうちへの登録が必要！
登録は無料で簡単にできます。

回答には、
約20~30分
かかります。



1 能力評価

自信のある・ないの領域に分けて、自信度の高い能力をピックアップ

学校やアルバイト先でも気後れせずに、すぐにその場になじむのは得意。

2 興味における職業

興味のある職業分野に分けて、興味の高い順から職業リストをピックアップ

夢はデザイナー！ 特にやりたい分野は、パッケージデザインと雑誌のページデザイン。



うん。そうだな？

3 価値観評価

仕事に求める価値観から、仕事を選択する際のアドバイスの提示

好きなことができたが一番いいけど、特に職種はこだわらない。やりがいや達成感が味わえるような仕事がいいなあ。

4 行動特徴評価

診断者の行動・性格タイプを診断し、その行動特性に合った職業をピックアップ

みんなで一緒に何かをやるのが好き。リーダー的存在ではないけど、サポートするのは得意。

総合評価

美的な感覚に優れ、発想もユニークである。
創造的な仕事で、他の人をまとめたり教えたりするような役割をうまく行うことができるでしょう。

リストアップされた職業 **音楽教員** **振付師** **演奏家** **映画監督** **デザイナー** **声優**

突撃取材ということで、いろいろな就活の現場で貴重な体験ができましたね。この体験を活かして、今後の就活に臨んでいただければと思います。
ジョブカフェでは就活に関する迷いや不安を軽くし、皆さんの背中をそっと押すサポートを行っていますので、お気軽にご来所ください。

ジョブカフェが行っている就活支援の内容が、こんなに充実していることを初めて知りました。来年は就活なので、困ったときは相談に行きたいなと思いました。友達にも勧めたいです。職業適性診断の結果は、前向きに受け止め、将来の夢に向かって邁進したいと思っています。

取材を終えて…



小松所長



この一枚の写真で

人生が変わるかも!?

第一印象を大きく左右する履歴書の写真。ボックスのスピード写真の仕上がりは、いまいち。修正しすぎると、まるで別人になる可能性も。ありのままの自分でありながら、良い印象をアピール力がアップする写真の撮り方をプロのカメラマンがアドバイス!

志望する会社に、採用されてほしい! 思いを込めて撮っています。



今回のアドバイザー

PHOTO STUDIO さいとう
フォトグラファー
齊藤 由佳 さん

Point 01 「会ってみたい!」と思わせたらしめたもの!

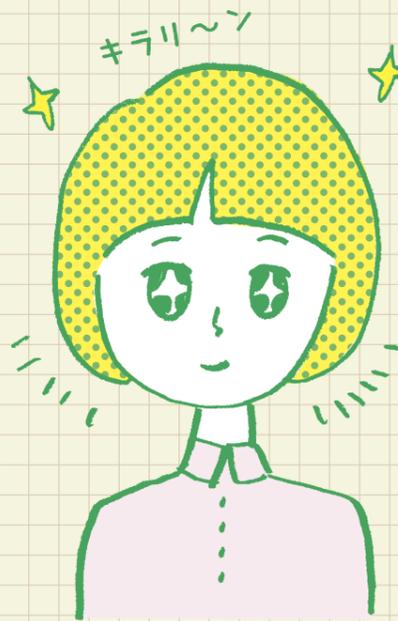


履歴書の写真は、採用担当者の目に真っ先に入ります。感じがいいな、誠実そうだな……女性なら清楚感、男性なら清潔感が大切です。採用担当者はたくさん履歴書を見ています。そんな中で、パツと目に留まり好印象を与えられるような写真を用意しましょう。

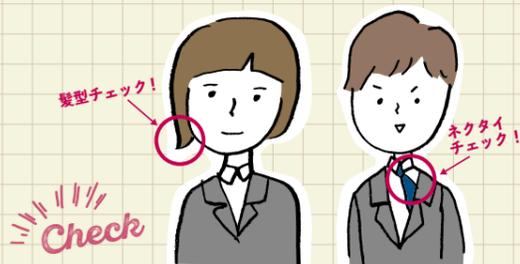
Message

撮影の際は、なんでもない会話をしながら緊張をほぐしていきます。少し慣れてくると「口角を上げてみて」「目力入れて、右のお尻に体重かけてみて」「声かけすることで表情や姿勢が改善され印象のいい仕上がりになります。その人のいい表情を引き出すことができる「声かけ」が、機械で自動的に撮る証明写真との大きな差だと思います。「この一枚で、もしかしたらこの人の人生が変わるかもしれない」。そう思いながら写真を撮っています。

Point 02 目は口ほどに物を言う



Point 03 自分のキメ顔を見つける!



撮影前には髪ははねてないか、襟元が整っているか、メイクは大丈夫か…チェックしましょう。データでの修正は少ない方が自然で好印象に仕上がります。



AFTER
アドバイスを受けて、意識することでこの仕上がり!



BEFORE
声かけなしでそのまま撮影



う〜ん… だらしない感じがするな。

背筋がのびて、目がイキイキしてる! ずいぶん印象が違って見えますね〜。

Check

目の次に大事なものは口角です。口角を上げることで表情が大きく変わります。



人の顔で一番印象を左右するのは、やはり「目」! 採用担当者も、きらっとした目にはやる気を感じる、誠実さの表れた目には好感を持つと言います。意識して目をしっかり開き、目力を入れて撮ると、そうでないのでは印象が全く違います。眼鏡をかけている方なら、フレームが目がかからないようフレームの真ん中に目がくるように調整しましょう。

Check



このあたりかななるほど、分かりました!



う〜ん… 水もしたたるいい男。



あはは〜。これね!



自分の一番いい顔を知ることが大事! 日頃、自撮りなどで写真を撮り慣れている方もいると思いますが、そうでない方も鏡を見ながら、自分のこの顔が好きだなという「キメ顔」をがんばって見つけておきましょう。

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://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

高知新卒応援ハローワーク(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

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 電鉄ターミナルビル4F TEL: 088-884-8105

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

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

いの公共職業安定所
香川郡いの町枝川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
E-mail: saposute@pippikochi.or.jp
http://www.kochiken-shakyo.or.jp/kochi-welfare/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~土曜日 10:00~17:00



高知黒潮若者サポートステーション(事務局)

TEL: 088-863-5078
http://kuroshio-yss.blush.jp
E-mail: yss_nangoku@ybb.ne.jp



サテライト

安芸サテライト
安芸市矢ノ丸3丁目12-27 安芸市女性の家 図書室
開所日: 第1・3木曜日 13:00~17:00
TEL: 088-863-5078

須崎サテライト
須崎市西糺町4-18 須崎商工会議所2階
開所日: 第1・3水曜日、第2・4土曜日 13:00~17:00
TEL: 0880-34-8800

四万十サテライト
四万十市駅前町8-3
開所日: 火曜日~土曜日 10:00~18:00
TEL: 0880-34-8800

28年度 ジョブカフェこうち

オリジナルセミナーのお知らせ

参加費用は
無料!!

一般セミナー

保護者のための 就活サポートセミナー

就職を控えた学生および生徒の保護者の皆様を対象に現在の雇用情勢や就職情報を知り、適切なアドバイスの方法などを学んでいただけます。就職に関する悩みの相談もお受けします。

平成29年 **1/28 (土)** 13:30~16:30

高知県立県民文化ホール 第6多目的室

定員: 100名 対象 就職活動を控えた大学生、短大生、専門学校生、高校生(各学校既卒者含む)などの保護者

講師 **坂本ひとみ** (高知学園短期大学 幼児保育学科 准教授)

実施内容

第1部: 講演

「雇用情勢・就職情報や子供への接し方について考える」

- 現在の雇用情勢や就職情報について
- 子供へのアドバイス方法
- 親がやってはいけないことの事例
- 望ましい親の役割・役目とは何か

第2部: 個別面談

個別での質疑応答(予約制)

体験型セミナー

対象 39歳までの求職者

平成29年 **2/25 (土)** 介護施設の職場見学会

施設見学、介護職員からの直接体験談、軽易な介護技術の学習、実習、デイサービスのレクリエーションへの参加、利用者とのふれあい等を予定しています。

セミナーは、事前予約が必要です。講座の時間など、詳しくはHPをご覧ください!

ジョブカフェこうち

検索

高知の情報
続々配信中!!



ぜひ登録して下さい!

高知県事業承継・人材確保センター [メルマガ配信]
http://www.syoukei-jinzai.jp/
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/iju/
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。

高知県福祉協議会 / 高知県福祉人材センター
http://www.kochiken-shakyo.or.jp/document/?group=grp21
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。



就職に迷ったら、仕事に困ったら

ジョブカフェこうちへ!

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行っています。相談は無料です!

職業相談

- 仕事に関する相談
- 職業適性検査
- 就職に関する情報提供等
- 高校への出前講座
- 図書コーナー

各種セミナーを開催

しごと体験講習の受付

幡多地域では、**幡多サテライト**がご利用できます。



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
 運営時間 11:00~19:00



ジョブカフェこうち ■ 設置主体/高知県 ■ 運営/高知県経営者協会

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
 運営時間 10:00~19:00
 年中無休 ※年末年始は除く



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

<http://www.facebook.com/jobcafe.kochi>
http://twitter.com/jobcafe_kochi

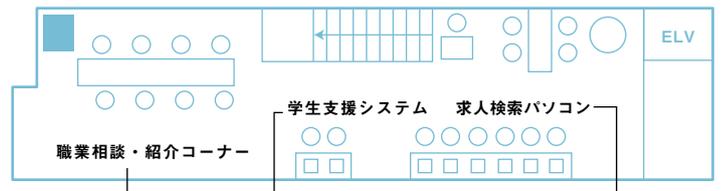
ジョブカフェこうち 3F併設

ハローワーク高知若者相談コーナー

おおむね40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
- 臨床心理士による悩み相談
- 職業適性検査



ハローワーク高知若者相談コーナー (高知新卒応援ハローワーク)

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
 運営時間 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。