

# 再就職のための チャレンジセミナー

平成21年  
10 / 22 (木)

自分の魅力を知りましょう！  
成功するための就職活動法

キャリアカウンセラー  
佐野 智世さん

企業が必要とする能力 **ベスト3**

1. コミュニケーション
2. 積極性

面接では



3. 意欲・興味

まず、自分の魅力を知り積極的に自分をアピールして下さい。



- ・自分の性格、行動上の強み
- ・自分の持っている能力上の強み
- ・これだけは誰にも負けない！

という気持ち

## 身だしなみ

- ・面接では第一印象の90%を占めますよ！

## 1. 身だしなみ

面接での身だしなみは、好印象の90%を占め、無言の紹介状とも言えます。

清潔感のある、控え目な服装が最適です。

TPOに合った身だしなみであること。

心構えが身だしなみに表れます。時間のゆとり、適度な緊張感を忘れずに！

## 2. 表情 笑顔は親しみやすさを表します。

笑顔のポイントは目元と口元

・目元はやさしいですか？

・口元の口角は上がっていますか？

感情のコントロールは出来ていますか。

相手の表情につられていませんか？ — 相手の表情はあなたの鏡です。

健康管理に十分気をつけてください。

## 3. 挨拶 人間関係の第一歩

あ …… あかるく

い …… いつでも・どこでも・だれとでも

さ …… さきに

つ …… つづける



## 4. 態度 態度は目に入る言葉

内面が外面に表れる。

内面的要素 私的感情をコントロールする

・相手の立場に立つ

・いつも人に見られているという意識を持つ

・プライドと自信を持つ

外面的要素 姿勢を良くする

・アイコンタクトはかかさない



今後の目標を明確にしましょう。

- 1, 自分に向いていること・やりたいこと
- 2, 具体的にどんな仕事をやりたいか
- 3, 条件に合う企業を選定する
- 4, 履歴書、経歴書等を作成する
- 5, 面接に向けてマナー・立ち居振る舞いをチェックする
- 6, 希望する会社の内定を得、就職先を決定する

10 / 29 (木)

「企業の現状と求められる  
人材・スキルについて」

県内食品関係企業  
竹内 和子 さん



## 1. 企業の概要

社員 230名 (社長は、55歳の女性)

正社員(70名) 準社員(40名) パート(60名) 派遣社員(60名)

- ・ パート (2h、4h、6h、7h) がある。
- ・ 特定契約社員(年俸制)

## 2. 企業が求める人材・スキルとは

求められる人材・スキル

- ・ 仕事に対して常に**前向き**なもの
- ・ " 常に**熱意**を持っているもの

「真の男女共同参画」

- ・ 昔から男女の格差は無い
- ・ 学歴主義ではない
- ・ 育児休暇者は、100%職場復帰している



## 3. 再就職に向けてのアドバイス

目的を持って働く

環境の整備 自身の身の回りの協力ありきである

時間の有効活用 時間の工夫をする・頭の切り替え(仕事・家庭モード)

イキイキと働くためのポイント

- ・ 目標を持って働く(実現可能な範囲の)
- ・ 仕事におもしろみを持つ、楽しく仕事をする
- ・ 背伸びを少しする(前向きに、欲を持って)

「あなたの夢の実現のお手伝いをします」

再チャレンジサポートコンサルタント

入川 常美 さん

再就職を希望する人のために、再就職準備のための計画的な取組が行えるよう、個別の支援を継続して行います。

1. キャリアコンサルティングの実施  
(適職選択や、能力開発の方向付け)
2. 再チャレンジプランの策定支援  
(具体的な取組計画を策定できるように支援します)
3. 情報の提供や、能力開発のための相談
4. 職場体験講習等の実施



### 参加者の意見

#### 自分の魅力を知りましょう

自己分析、人生設計をしていくことで再就職のビジョンが明確になっていく。  
今後、就職活動をする際に役立つと思いました。  
自分の得意なところ、苦手なところなど見直す機会になり、仕事に活かせることがわかった。

#### 企業の求める人材、スキルは

家事と仕事の両立を理由に自分が甘えて逃げ腰になっていることに気づいた。  
両立へのいろんな方法を教えていただき前向きに希望を持っていける自信が  
ついた。  
企業からのお話がきけて参考になった。

講師自身が長年家庭と仕事と両立されていて、ストレスの解消法など参考になった。

### あなたの夢の実現のお手伝いをします

一歩背伸びをする、自分に少し厳しくすることなどたくさんヒントをいただいた。夢をもつこと、その夢に近づくよう努力、工夫をすることの大切さを思った。参加者のみなさんのいろいろなお話がきけてよかった。



問題点・不安  
に思っていること

両立できるかどうか、家族の理解や協力が得られるかどうか。  
子どもが小さいので企業に長く勤務できるかどうか。  
事務経験はあるが、今の企業にアっているかどうか。  
保育所の空きがあるかなど保育所情報や一時保育について知りたい。  
雇用年齢の制限について不安。  
ブランクが長いので、再就職に向けて何を学んでおくのが必要か。

やりたい

求められる

自信のある

そんな仕事を見つけて下さい！！

**頑張ってください！！**