



就職活動をトータルサポート！

JOB CAFÉ magazine

ジョブカフェ マガジン



NO.16

TAKE FREE

[特集] Check! & Point!

すぐに役立つ 就活ガイドブック

求人情報の見方を知ろう

ターゲットが絞れたら応募の準備！
必要な書類を作成しよう

自己PRで効果的にアピールしよう

高知の皆さまの就職を
ジョブカフェこうちと
ハローワークが連携してサポート！



Check! & Point!

【特集】
就活ガイドブック
すぐに役立つ

具体的に就職活動(就活)を進める中で、希望する条件に合う会社を探し、応募書類を送付する必要があります。書類作成の際にささいな記入ミスや的外れな記載があれば、採用担当者にマイナスの印象を与えかねません。この冊子では、初めての就活、初めての転職、久しぶりの就活の方にとって、大事なポイントを中心にダイジェストで解説。就活成功へナビゲートします。

求人情報の見方を知ろう

Point!
全ての条件を満たしていなくても、企業によってはそれ以上に光るものがあったら採用しようと考えていることもあります。

必要な経験等
満たしている方が有利な条件

Check!
『日給』(日額×勤務日数)、
『時給』(時間額×勤務時間数)の形態もあります。

賃金形態等
給与(月額・月給) = 基本給 + 固定手当
※固定手当: 住宅手当や資格手当など毎月金額が変わらない手当

Point!
試用期間中も労働契約は存在しているので、簡単に解雇されることはありません。

試用期間
双方にとって、ミスマッチを回避するための貴重な期間

求人票

| | | | | |
|------------------------|------------------------|--|---|---|
| 求人番号 0000-0000-0000 | 受付年月日 | 紹介期限日 | 就業地住所 | 職業分類日 |
| 求人票 (フルタイム) | 公開範囲 | 事業所名等を含む求人情報を公開する | 産業分類 | 印刷案 |
| 求人事業所 0000-00000-0 | 求人事業所名 株式会社 | 事業所住所と同じ 〒780-0000 高知県高知市〇〇町〇〇丁目〇番〇号 | 就業地住所 〇〇線 △△駅 から 徒歩 10 | 職業分類 〇〇 |
| 2 仕事内容 | 職種 〇〇〇〇〇〇 | 業務内容 〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇 | 賃金・手当 (1/2) | 月額 (a+b) 170,000円 ~ 200,000円 a 基本給 (月額換算・月平均労働日数 20.3日) 185,000円 ~ 255,000円 |
| 雇用形態 正社員 | 雇用契約の採用種別 雇用契約の採用種別 | 雇用期間の定めなし 契約更新の条件 | 賃金形態等 月給 | 実費 (上限あり) 毎月 140,000円まで マイカー通勤可 [駐車場代 (個人負担) 2,000円 / 月] |
| オモテ面 | | | 試用期間 あり (前年度実績 あり) 金額 1月あたり 0円 ~ 5,000円 (前年度実績) | |

ウラ面も必ず確認しよう!
希望に沿った職場を探す上で必要な情報がぎゅっと凝縮されています。必ず全体に目を通し、オモテ面だけでなくウラ面もしっかり確認しましょう。

Check!
会社の所在地と異なる場合があります。

就業場所
採用になった時に実際に働く場所

Point!
仕事内容上、特定の年齢層を求めている場合もあります。

年齢
原則として『不問』の記載

Check!
一般的には、①正社員②正社員以外③有期雇用派遣④無期雇用派遣の種類があります。

雇用形態
雇用契約の採用種別

Point!
あらかじめ期間が設定されている求人もあります。

雇用期間
雇用契約がいつ終了するか

ターゲットが絞れたら応募の準備!
必要な書類を作成しよう

面接に向け、書類の提出が必要です。企業の判断基準となる大事な書類になるので、しっかり丁寧に記入して、自分の魅力をアピールしましょう。

- 1 履歴書
学歴・職歴・免許資格など、客観的な経歴を自己紹介する書類。
- 2 職務経歴書
職業経験や過去の実績をアピールする書類。
- 3 添え状
同封書類の内容を記載した挨拶文。

次のページで、それぞれのポイントを紹介します。



高知の皆さまの就職を ジョブカフェこうちと ハローワークが 連携してサポート!

上手に利用して
理想の就職を実現しよう

ジョブカフェこうち

個人の状況に応じた就職のお手伝い。
キャリアコンサルタントによる個別カウンセリング
や履歴書・エントリーシートの添削などで、あなたの
良さを的確にアピールするための「より伝わる」
内容をアドバイスします。

営 月曜～金曜、第2・第4土曜
時 10:00～18:00(金曜のみ10:00～20:00)

ハローワーク高知 若者相談コーナー

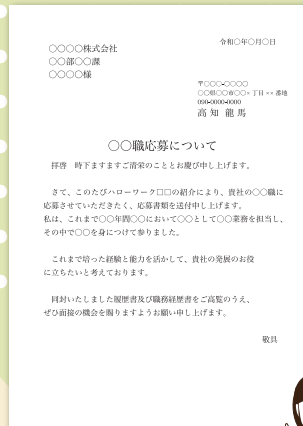
あなたの就職活動をしっかりサポート!
ジョブカフェこうちと連携しながら、応募先の検討
から就職まで、丁寧に支援しています。
また、在職者の方の利用にも最適です!

営 月曜～金曜 時 10:00～18:00



いつでもお気軽に
ご相談ください。

3 添え状・送付状 ※持参する場合は不要です。



Point!
履歴書・職務経歴書と
同じサイズの用紙を使用し
て、横書きで作成しまし
ょう。

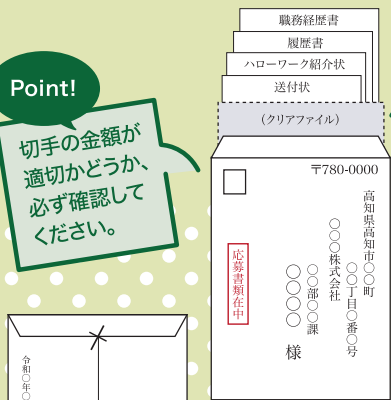
応募書類だけを郵送する
と、一方的に送りつけるイ
メージとなり、自分本位な
人物という印象を与えかね
ません。添え状の添付はビ
ジネスマナーです。



いよいよ応募!
封筒に入れて
書類を送ろう

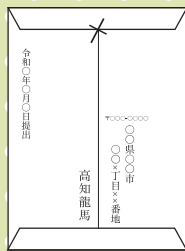


必要な書類が揃ったら、応募先企業へ送ります。
書類に折り目が見つからないように角2封筒を使用するのがベターです。



Point!
切手の金額が
適切かどうか、
必ず確認して
ください。

Point!
クリアファイルに
入れると、封筒か
ら出した時に書
類がバラバラに
なりません。



Point!
持参するときは、封をのりづ
けないようにしましょう。

最後まで丁寧に。
細かい心配りが、
採用担当者への
好印象につながります。



Point!

万が一はがれても採用担
当者が区別できるよう
に、裏側に氏名を記載し
ておきましょう。

写 真

概ね3ヶ月以内、正面上半身を
無背景、無帽で撮影

Point!

退職理由は簡潔に記載しまし
ょう。「一身上の都合により退職」「会社都合に
よる退職」など。

学歴・職歴

古い順に時系列で記載

入社意欲が高まれば、当初
の希望条件は優先順位が
下がる可能性もあるので、
細かい希望は面接で相談
するのが一般的です。



Point!

送付する前に
コピーをとって
おきましょう。

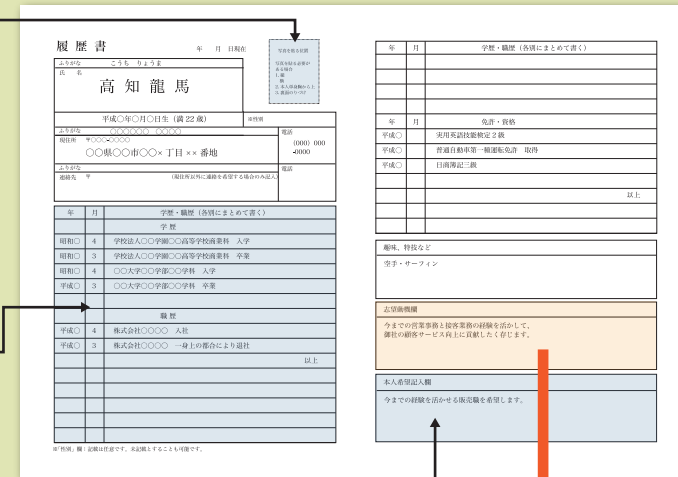
2 職務経歴書



Point!

修正液は使わずに間違えたら
書き直します。

1 履歴書



本人希望記入欄

特に記載する事項がない場合でも、空欄
にはせずに「勤務条件は貴社の規定に従
います」、「〇〇職を希望します」など
のように記載

自分の性格や行動
特性などが現れた
エピソードを示すと
効果的です。



自己PRで効果的に
アピールしよう



【参考例文】

志望動機
私はこれまで〇〇を志し、〇〇に従事したいと考えてまいりましたが、貴社の〇〇については〇〇の面で大変魅力を感じ、是非貴社で働かせていただければと思うようになりました。〇〇については〇〇であるため、〇〇の面ではだれにも負けない自信があります。是非〇〇の面で貴社のお役に立ちたいと思います。

アピールポイント



職場体験講習を経て
就職に至りました！

自分に向いた仕事に出会えて、本当によかったと感じています。仕事に迷いや不安のある人は、職場体験講習を利用してみたいですよ。

有光 真衣さん



1991年、高知県生まれ。高校卒業後、いくつかの職種を経験した後、医療事務として勤務するが、体調不良にて退職。休養中にハローワークの職業訓練を受講。その後、ジョブカフェこうちへ相談し、2022年7月に(株)フットレストにて職場体験講習を受講。11月に同社に採用が決定。



1年経った今、あらためて仕事のやりがいを感じています。さらに技術を向上させるため、時間があればスタッフ同士で話し合ったり、実際に施術し合ったりしています。一番難

楽しく、経験を積む日々。

どんな仕事に向いているか分からず、ずっと迷っていた私にとって、職場体験講習は転機になりました。以前から気になっていたリラクゼーション業を実際に体験してみて「やはりこの仕事に就きたい」と強い思いが芽生えました。同時に、自分に対する自信もできました。

入社後、数週間の試用期間を経て施術デビューです。最初はお客様のリクエストに達していない自分に焦るばかりでも、スタッフの皆さんのサポートのおかげで少しずつできることが増えていきました。

私の適職、見つけました。

しいと感じるのはお客様とのコミュニケーション。日によって、楽しく会話をしたい時も静かに施術を受けたい時もあると思えますから、それぞれのコンディションを見極めて対応しなければなりません。まだまだ力不足の私ですが、いつでもお客様に満足して帰っていただけるようにという思いを胸に、今日も頑張ります。

ありのままの人柄を感じ合えるのが、職場体験ならではのメリットです。この5日間のおかげで、入社後のミスマッチの心配もありません。



(株)フットレスト イオンモール高知店
店長 大北 静香さん

将来的には、店長を目指してほしい。

真面目で几帳面な性格で、お客様にもとても丁寧に対応してくれています。スタッフとの円滑なコミュニケーション能力などを見て、今後は技術的な仕事だけでなく、事務局との連絡やキャンペーンの打合せなどの職務も任せてくれる人材だと感じています。



ジョブチャレンジを受講して
就職に至りました！

ジョブチャレンジを利用して本当に良かったです。受講せずに入社していたら、体力面での甘い予想を打ち砕かれて、不安な気持ちでいっぱいになったでしょうね(笑)。

中岡 佑介さん



1985年、高知県生まれ。大学進学を機に上京。卒業後、高速道路関連会社で10年ほど勤務した後、アニメ制作会社に転職。2年半ほど勤務した後、両親の介護のため帰高。2023年1月に酔鯨酒造(株)にてジョブチャレンジを受講。終了と同時に、同社に採用が決定。

就職への不安をクリア。

実家から通える圏内で職場をさがし始めたのは、両親の世話をしながら働くことが前提だったからです。こちらの酒蔵は子ども頃から見知った自分にとって、申し分ない環境でした。思い切って電話で問い合わせたところ、面接を快諾いただけました。その時に、人事担当の方が話してくれた会社の考え方や目標に熱く共鳴し、「ここで働きたい」という気持ちが固まりました。

とはいえ、酒造りの現場は体力勝負です。その点をクリアするためにも、実際の仕事を体験できるジョブカフェこうちのジョブチャレンジが役に立ちました。今では、体力も筋肉もかなりつきましたが、3日間の体験中は「へたへた(笑)」。でも、そんなハードな仕事に、やりがいを感じる自分がありました。

積極的に学び、一人前の蔵人になる。

今日の作業は「かひ入れ」といって、もろみ(※)の入った仕込みタンクをかひぼうでかきまわして発酵を促します。日本酒はともにも複雑な工程を経て造られます。

1人1人がいくつもの作業を同時進行しながら、段取り良くやらなければなりません。覚



このシステムを利用することで、書類選考だけでは見えてこない部分や、実際の皆さんを知ることができます。



※蒸米、米麴、酒母、水を加えたものを発酵させたもの。

酔鯨酒造(株)
杜氏 藤村 大悟さん

夢と一緒に実現していく仲間。

お酒造りのため、酔鯨のために、いろいろチャレンジしたいという中岡さんの気持ちを聞いて、たいへん嬉しく思いました。肉体的にも厳しい現場ですが、弱音も言わず、責任をもって作業に当たる姿勢に熱意を感じます。





各種セミナーの詳細は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 在職者 | 毎月3回(特別講座含む) ジョブカフェこうち内セミナー室 | 自己分析やパソコン操作など、 就職に役立つテーマで毎月開催! 6名程度の少人数で行うセミナーです。 |
| 少人数セミナー 特別講座 | 37~52歳 の求職者 | 12/7(木)、12/14(木)、1/24(水)、 2/15(木)、3/6(水) ジョブカフェこうち内セミナー室 | 外部講師を招き、「お部屋も心も整える!お片付け術」 「資格取得、勉強方法、モチベーションの保ち方」 「面接対策講座」「新時代にIT企業で活躍できる人 できない人」といったテーマで開催。 |
| グループワーク | 求職者 在職者 | 毎月1回 ジョブカフェこうち内セミナー室 | 自分と似た悩みを持った方々と話しながら、キャリア コンサルタントとともに自己理解を深めていきます。 |
| 交流セミナー& トークミーティング | 入社から 概ね3年以内 の社員 | 2/8(木)、3/7(木) | 2/8のセミナーのテーマは「ストレスマネジメント」。 3/7は「1年の振り返り」です。 1回のみ参加もOK! |
| グローアップセミナー | 入社から 概ね3年以内 の社員 | 1/23(火)ちより街テラス 1/26(金) ※オンライン | 集合型・オンライン 選べる若手社員研修。 入社後の振り返りや、効率的な仕事の進め方、仕事 に役に立つコミュニケーション等を学びます。 |
| 業界研究会 業界知ってる会 | 概ね52歳まで の求職者 | 12/11(月) ジョブカフェこうち内セミナー室 | 様々な業種や業界の仕事内容の理解を深めていただく セミナーです。今回は「ビルメンテナンス業界」について。 |
| 講話 | 概ね37~52歳 の求職者 | 2月(日付未定)会場未定 | 企業の経営者が講師となり、企業の取組紹介等を通 じて、仕事や組織について理解を深めていただく セミナーです。 |
| 企業見学バスツアー | 概ね52歳まで の求職者 | 3月(日付未定) | 実際に企業を見学できるバスツアーです。 |

※諸事情により、変更・中止になる場合があります。

(令和5年12月~令和6年3月)

本部 **ジョブカフェこうち**
TEL.088-802-1533

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

✉ 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)



幡多 **ジョブカフェこうち**
サテライト

TEL.0880-34-7730

サテライト(幡多)の閉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 🔍



X(Twitter)



Facebook



Instagram

各種SNS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
TEL.088-802-2076

📍 高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル3F

🕒 月曜~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
- オンライン相談も可能