

ヒトとシゴトとミライをつなぐお手伝い

高知家

ジョブカフェ★マガジン



Job Cafe Magazine

令和3年9月30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

10

2021 Sep.

Cover

なかや のぶよし

中屋 宣芳さん (46歳)

株式会社オリザ(入社1年目)

高知市出身。大阪に進学も就職難に突き当たり、長らくフリーターに。新型コロナウイルスの感染拡大をきっかけに地元に戻り、ジョブカフェこうちが支援する就職氷河期世代のための仕事体験「ジョブチャレンジ」に参加。受け入れ先となった株式会社オリザで、その優しい人柄を見込まれ、現在は高齢者グループホームの介護支援スタッフとして働いている。ただいま、お料理の修行中!

特集
1

誌面で簡単!

就職氷河期世代の
会社選びを見直そう!

就活の軸診断

ジョブカフェこうちでもっと「自分らしい就職」

特集
2

就職氷河期世代支援メニュー

【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!

ワークを通じて「就活の軸」を考えよう!

読面と簡単! 就活の軸 診断にチャレンジ!

就職氷河期世代の就活であらためて大事なことは、「自分はどんな会社で働きたいか」。
ワークにチャレンジして、会社選び・職場選びで欠かせない自分の「就活の軸」を探ってみよう!

STEP 3

次のキーワードを2~3つ使って、
自分の「就活の軸」を文章にしてみよう



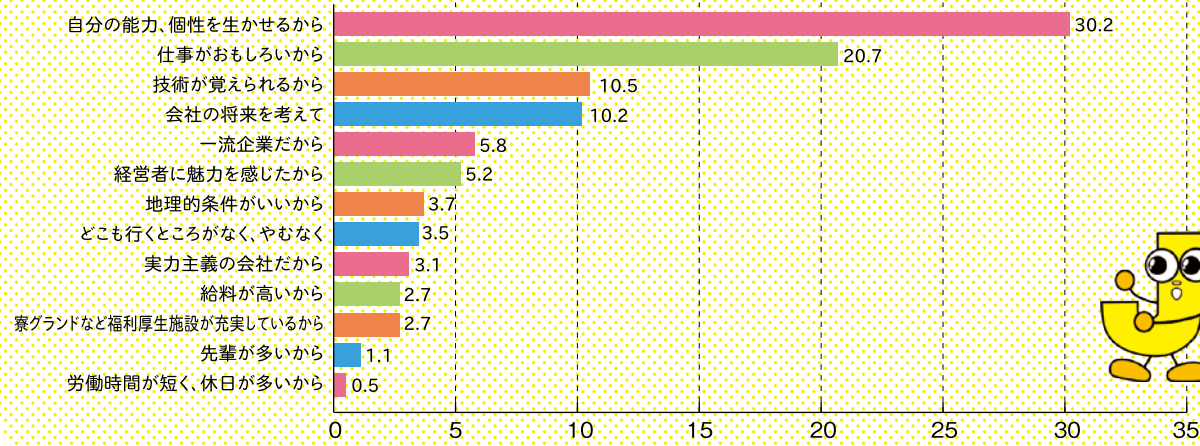
重視していること

会社の大きさ・仕事のやりがい・働きに応じた給与・通勤が便利・仲間や知人・
実力が認められること・会社の知名度・休日や勤務条件・技術や技能

Topic!

会社・職場選びでは、どんなことが重視されている?

2009年度 新入社員3172名を対象に実施 ※資料出所:日本生産性本部・日本経済青年協議会「働くことの意味」調査報告2009年6月



STEP 1

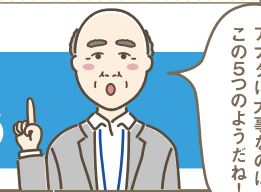
A~Lの会社・職場選びのポイントで、
それぞれに自分の順位をつけてみよう



順位	項目	会社・職場選びのポイント
	A	規模が大きくて安定している会社
	B	仕事の内容が面白い会社
	C	学生時代の勉強や取得した資格を活かすことのできる会社
	D	給料が高い会社
	E	労働時間・休暇などの労働条件が良い会社
	F	自分の能力や個性を生かした仕事ができる会社
	G	寮や通勤・住宅手当などの福利厚生が充実している会社
	H	ワークライフバランスを推進している会社
	I	人間関係や職場環境が良く働きやすい会社
	J	コマースなどで、名前が知られている会社
	K	実力主義でやる気と実力があれば出世できる会社
	L	入社してから、専門的な技術や技能を覚えることのできる会社

STEP 2

上位5位の項目を下表に記入して、
自分が重視しているポイントを考えよう



順位	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
項目					

の中でひとすじの光を見いだすように、「私は何者か」「私はどのようにして自分自身になるか」を自分自身に真摯に問いかけ、自ら答えを出していくことが求められます。失敗してもいいのです。そこからヒントを得て前に進む勇氣が大事なのです。

上図は、日本生産性本部と日本経済青年協議会が、二〇〇九年度の新入社員を対象にして実施した「働くことの意味調査」の結果です。十年以上も前のデータですが、会社選択理由で一番多かったのが「自分の能力、個性を活かせる」でした。これから読みとれることとして、自己実現に向けて、会社の選択基準がキャリアを強く意識したのものになったのではないかと、キャリアを会社まかせでなく、自らが選択しマネジメントする時代に新入社員の意識が変化してきたのではないかと推察します。

このコーナーのワークページは、働く会社を選ぶ際に、どのような要因を重視するか、就活の軸を診断するために、ワークを通じて明確化できるようにしたものです。どのような要因を重視するか、自分の頭の中で整理できていると、求人情報を探すにも、面接で志望動機を話すにも何か手がかりが得られるのではないでしょうか。ぜひ、活用ください。

就活に活かす「就活の軸」

キャリアコンサルタント
新谷 茂



カウンセリングの世界で知らない人はいないというほど有名な、カール・ロジャーズは、いろんな人の悩みを聞いたが、いきつくところは、「私は何者か」「私はどのようにして自分自身になるか」との悩みであったといっています。

ジヨブカフェへの相談でも、何をしたらいいだろうかと、志望動機をどう言えばいいかといった悩みを時々聞くことがあります。自分のことなので、自分が何をしたらいいのかわからないはずはないと思うのですが、意外とそれが難しいのです。

私は、就活をするにあたって、まずは自己分析からはじめませんかとおすすめています。最終的には、どの会社に入りどんな仕事をやるかは、本人の価値観です。ところが、親の価値観で公務員がいい、先生がいいといった進路を決めると、本人の価値観でないため、挫折したときに方向性が見えなくなります。

そんなときには原点に戻って、聞



もっと「自分らしい就職」35 ~50歳のあなたをサポート!

就職氷河期世代支援メニュー

就職氷河期世代とは

雇用環境が厳しい時期(おおむね1993年から2004年までの間)に高校や大学を卒業した世代(令和3年4月1日時点において35歳から50歳までの方)



就職氷河期世代を雇用または採用意向のある企業の管理職・人事担当者向けに、就職氷河期世代の新入社員向けの各セミナーを実施。

1 キャリアコンサルタントによる相談

ジョブカフェこうちでは、キャリアコンサルタントが常駐し、就職に関する相談に対応しています。臨床心理士への相談も可能。相談方法は来所・電話・メール・オンラインのほか、ショッピングモールなどでの出張相談会も実施しています。ご家族からの相談もOK! お気軽にご相談ください。相談予約はHPからでもでき、出張相談会の日程も、HPでお知らせしています。

2 トレーニング お仕事のプランクがある方や、非正規雇用の期間が長い方などに向けた支援メニューです。

(すべて就職氷河期世代限定)

グループワーク
自分と似た悩みを持った同世代の方たちと話をしながら、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。

講話・座談会
県内企業の代表者や人事担当者の話を聞いたり、交流を通して、仕事理解を深めます。

ジョブチャレンジ前セミナー
ジョブチャレンジをする前に、キャリアコンサルタントと一緒に自己理解を深め、チャレンジに向けた心構えなどを確認します。連続3日間のセミナーです。

ジョブチャレンジ
就職氷河期世代チャレンジ応援団企業で、最長3日間の仕事体験ができます。受講手当あり。

3 就職への後押し スキルアップや、より自分に合った就職を目指している方に向けた支援メニューです。

少人数セミナー
自己分析・コミュニケーション・ビジネスマナーなど、就職活動や仕事に役立つテーマで定期的に開催! 6名程度の少人数で行うセミナーです。

職場体験
正社員等を募集している企業で実際の仕事を最長5日間体験。自分に合った職場・職種なのか? どんな雰囲気なのか? を知ることができます。受講手当あり。

●どれに参加してよいか分からない場合も、キャリアコンサルタントと一緒に考えます。まずはご相談ください!
●就職氷河期世代の方の職場定着を支援するための、企業向けセミナー(集合型・派遣型)なども実施しています。

就職氷河期世代のキャリア設計を
集合型セミナーで考えよう

「希望する就職ができなかった」、「非正規など不安定な仕事に就いている」、「無業の状態が長く続いている」...こんなふうに就職氷河期世代は、社会に踏み出した時点から理想とは違う光景を見ており、それが職場に定着する難しさの背景になつていると言われていいます。そんな就職氷河期世代を支援するため、ジョブカフェこうちが主催している「集合型セミナー(管理職・人事担当者向け、社員向け)」では、状況の改善に欠かせない「キャリア設計」がテーマ。「どんな自分になりたいか」を考えたり、「ミニケースションやコーチングのスキルを学びながら、「自分の軸」をかたちにしていくきっかけづくりをしています。就職氷河期世代の職場定着は、働き手不足が進み、30代半ばから50代の中核となる層が薄くなっている職場にとっても課題。次世代のリーダー育成にも役立てることが出来ます。

「やりたい事が見つからない」を一緒に変えていきましょう

就職氷河期世代にとって「キャリア設計」の意識はとても大切です。例えば、非正規で働くことを選ぶとしても、「この仕事を通じてどんな自分になりたいか」、ひとつの軸を持ち続けられるかどうかで、得られるスキルや経験に大きな差が生まれます。反対にこれが曖昧だと、どんな仕事でも「やっぱり違うな」と辞めてしまいがちに。仕事に求めるもの、やりがい、自分の個性や持ち味等を把握して働くことを大事にしましょう。



コーチ社労士事務所 代表 (特定社会保険労務士 プロフェッショナルビジネスコーチ)
講師 池澤まゆみさん

就職氷河期世代チャレンジ応援団 登録企業一覧 (R3.9.1現在47社)

- 株式会社 アオイコーポレーション 高知セントラルキッチン ・旭食品株式会社 ・井上農園 ・株式会社 栄光工業 ・株式会社 岡村文具
- ・OHANA BALLOON ・株式会社 オリザ ・株式会社 川添ヤギ牧場 ・株式会社 カワマート ・株式会社 くりはら ・株式会社 慶尚
- ・一般社団法人 こうち絆ファーム ・高知建機株式会社 ・株式会社 高知ポイラ工業 ・株式会社 高南メディカル ・サンガリア商事株式会社
- ・株式会社 サンシャインチェーン本部 ・有限会社 じいんず工房大方 ・四国管財株式会社 ・株式会社 四国建設センター
- ・有限会社 四万十みはら菜園 ・社会福祉法人 昭和会 福祉牧場おおなる園 ・社会福祉法人 尽心会 障害者支援施設 太陽の家

就職氷河期世代チャレンジ応援団 があなたをサポート!

- ・有限会社 新電気技術 ・特定非営利活動法人 宿毛市体育協会 ・株式会社 精工 高知工場 ・西部鉄建有限会社 ・株式会社 セントラル
- ・株式会社 SOLA ・大三株式会社 ・タイム技研高知株式会社 ・株式会社 中央精機 ・東高電通株式会社 ・社会福祉法人 土佐香美福祉会
- ・有限会社 西村膳写堂 ・有限会社 葉山庭園 ・幡東森林組合 ・株式会社 フタガミ ・株式会社 ほっとこうち ・有限会社 マイエミート
- ・南四国スズキ販売株式会社 ・山本建設工業株式会社 ・株式会社 山本文吉商店 ・与力水産株式会社 ・株式会社 雷電
- ・RYUGEI CO.,LTD. ・綿久リネン株式会社 四国支店 高知営業所 (五十音順)





就職氷河期世代として
今度は自分が支えたい！

プロフィール
なかや のぶよし
中屋 宣芳さん
昭和50年、高知県生まれ。長年、大阪でフリーターとして職を転々としていたが、近年の新型コロナウイルス感染症の流行をきっかけにUターン。ジョブカフェこうちのサポートを受け、株式会社オリザに就職。高齢者介護の仕事に就いている。

先輩からの Yell

エール

中屋さんのジョブチャレンジの流れ

- STEP 1 ジョブカフェに登録
- STEP 2 各種セミナー受講
- STEP 3 相談・受入先調整
- STEP 4 ジョブチャレンジ(5回)
- STEP 5 就職決定!

株式会社オリザ 代表取締役
大西 秀喜さん
「就職氷河期世代チャレンジ応援団」として、これからも就労を支援していきたいと考えています。ゆっくり時間をかけて、仕事に慣れたり、自分の目標を見つけていってほしいですね。



ジョブカフェこうちでは、就職氷河期世代の方の就職活動や職場定着にも力を入れています。詳しいサポートの内容については、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
猪野なおみさん
就職氷河期世代。これまで自営業として営んでいた仕事も、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、停滞ぎみに。「ジョブチャレンジ」を含め、新たな就職活動も考えている。

今月のテーマ 「ジョブチャレンジ前セミナー」を体験!

就職氷河期世代の方を対象に、ジョブカフェこうちが実施している「ジョブチャレンジ」。自分に合った仕事や職場が見つかるまで、様々な業種の県内企業で実際の仕事を体験できる制度だが、そのサポートは、ジョブチャレンジに入る前から始まる。キャリアコンサルタントとの面談をはじめ、今回紹介する「ジョブチャレンジ前セミナー」では、自分の未来を切り開くための自己分析や、ジョブチャレンジをより有意義にする心構えなどを学ぶことができる。

今回体験するのは、高知市在住の猪野なおみさん。新型コロナウイルス感染症の流行を受け、就職難の状態。「就職氷河期世代」ということもあるし、これまで考えなかった職種も含めて仕事体験してみたい」と思い、ジョブカフェこうちを訪れたと言った。

講師を務める 門脇由紀子さんは、「せっかくの機会だから、「自分のために働くんだ」と考えて、しっかりとモチベーションを高めることが大切」と話している。

「ジョブチャレンジ前セミナー」の流れ

- 1 モチベーションを高める「仕事論」
「仕事＝我慢して給料を稼ぐこと」では、モチベーションが下がっていくだけ。給与という有形財産だけでなく、経験やスキル、やりがいなど、自分の無形財産も同時につくっていくことの大切さを、ジョブチャレンジの前に学ぼう。
- 2 職場で働きやすくなるコミュニケーションスキルを習得!
ストレスを感じてしまう職場の雰囲気も、「コミュニケーションの意味」が分かれば、きっと変えることができます。職場で働き続けるために必要なコミュニケーションスキルを一緒に身に付けよう。
- 3 自分を前向きにする自己分析!
自分自身のリフレーミング(枠組みを変えることで感じ方まで変えること)を通して、自分の短所を長所に! 苦手意識を感じることで、きっと自信に変えて仕事体験に臨めますよ。

「シヨンを高めましょつ!」と、まずは明るく雰囲気づくり。笑いが頻繁に生まれるセミナーと評判で、チャレンジに対して前向きな気持ちをつくることができる。猪野さんの素直な気持ちも引き出しながら、「単に給料を稼ぐために働くのではなく、自分自身の経験やスキル、様々なコネクションなど、自分の「無形財産」も一緒につくるつもりで、頑張っていくことが大事なんです」と、働くことの意義をあらためて考えさせてくれたり、職場で安心して居場所をつくることのできるコミュニケーションスキルなどを教えてくれた。

「自分が苦手意識を持っていたことさえも、長所に変えてくれるセミナーでした!このまま仕事体験に進んで、実際に自信をつけていきたいです!」と前向きに話してくれた。

体験した猪野さんは、

Check! ジョブチャレンジ前セミナーのポイント!

- ✓ 働くモチベーションを高めることができる!
- ✓ コミュニケーションをとることで、働きやすい環境づくりができる!
- ✓ 自己分析を深めて、自己肯定感や自信を得られる!



今回答えてくれたのは...
キャリアコンサルタント 門脇由紀子
ジョブカフェこうちのキャリアコンサルタントをはじめ、食育料理教室や地球温暖化防止の啓発教室など、様々な分野で活躍しているプロフェッショナルの講師!そのハツラツとした明るい雰囲気、「働くことに自信がない...」という就職氷河期世代の気持ちを前向きにしてくれる。「ジョブチャレンジ前セミナー」では、3日間の連続セミナーを通して、ビジネスマナーやコミュニケーションスキルはもちろん、「目の前の仕事に一生懸命に取り組むこと」の意義をお伝えしています。一歩踏み出すあなたを応援しますよ!

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
出張相談会	求職者 ご家族	10/7(木)ハローワーク四万十 11/18(木)ハローワーク高知 (ほか)	「職業適性診断」で自分がやりたい仕事を再発見!キャリアコンサルタントが就職相談を行います。
第1回業界研究会 サンガリア商事株式会社	求職者・在職者 学生	10月開催予定 ジョブカフェ内セミナー室	あこがれの業界について、実際に企業の担当者から話を聞ける人気のセミナーです。
第1回企業見学会	求職者・在職者 学生	11/26(金)県内企業2社を訪問	意外と知られていない県内企業の魅力や特色を再発見するバスツアー。実際の職場や仕事を見学できます。
就職氷河期世代向け 集合型セミナー	管理職・ 35~50歳の社員	11/10(水)管理職向けセミナー 11/19(金)社員向けセミナー	就職氷河期世代の職場定着を目的とした、社員向け・管理職向けのセミナーです。
県内中小企業 向けセミナー	若手社員 管理職	7月下旬~12月中旬 県内企業(10社程度)に講師を派遣	社員の職場定着と会社を伸ばす人材育成のお手伝い。各事業所に講師が出向いて研修を行います。
少人数セミナー	求職者 在職者	毎週金曜日(祝日等の場合は変更あり) 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。
職場体験前セミナー	15~50歳 の求職者	毎週月曜日・木曜日(祝日等の場合は変更あり) ジョブカフェ内セミナー室	「職場体験」に入る前に、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。
就職氷河期世代向け グループワーク	35~50歳 の求職者	毎月1回 ジョブカフェ内セミナー室	日常の慌ただしからひととき離れて、自分を見つめ直す、少人数でのグループワークです。
就職氷河期世代向け ジョブチャレンジ前セミナー	35~50歳 の求職者	毎月1~2回 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、「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。

就職氷河期世代サポート事業

ジョブチャレンジで仕事体験♪

「就職氷河期世代チャレンジ応援団」に登録している企業で最長3日間の仕事体験。
働くイメージをつかみ、自分に合った仕事や職場が見つかるまでチャレンジできます。

- ✓ 未経験の職種や業種にチャレンジしてみたい方
- ✓ 継続的に就業していない方
- ✓ ブランク期間があり、就職することに不安がある方
- ✓ 働くことへのイメージがわからない方 など



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



📍 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

📍 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

おおむね50歳までの方が利用できます

サポート内容



職業相談・紹介



求人情報の提供



就職に関する情報の提供



職業適性診断