

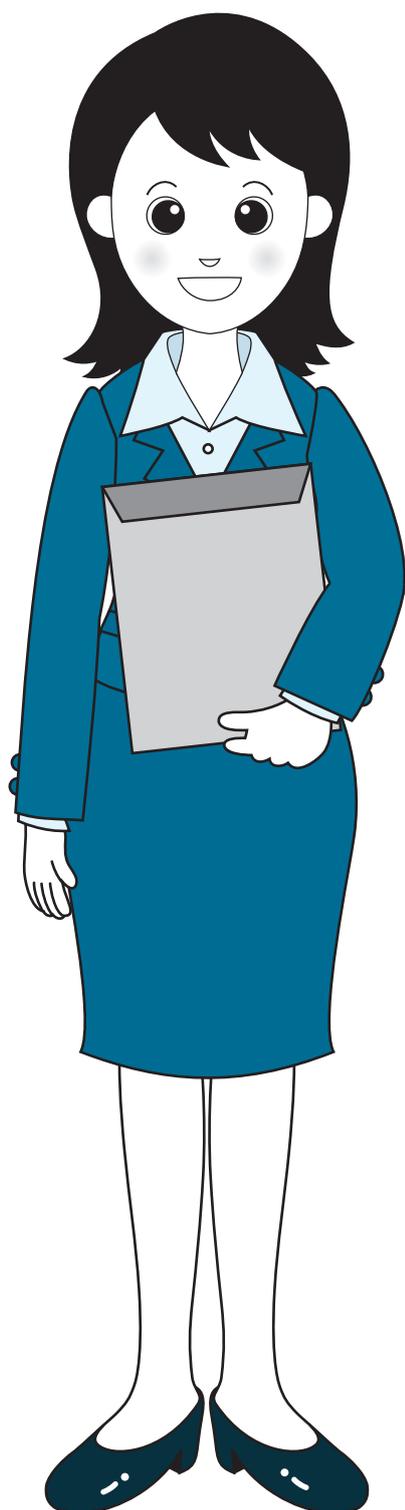
(求職者の方へ)

事前の準備が大事です



# 面接試験の受け方

●ハローワークがあなたの面接試験を応援します●



- 面接試験で熱意を  
アピールする
- 経験した仕事を振り返る
- 面接試験でよくある質問





# 第1 面接試験の基本

## 1 面接試験で熱意をアピールする

就職するためには、面接試験を実施する企業がほとんどであり、面接試験を突破しなければ採用されないこととなります。ただ、漫然と「採用されたい」という理由で就職活動を行い面接試験を受けても人事担当者にはアピールできません。つまり熱意が伝わらないのです。

「やる気はあります。」「採用していただいたら、一生懸命がんばります。」面接試験でよく使われる言葉です。面接試験の締め言葉としてはよいのですが、人事担当者はこの言葉自体に熱意を感じることは少ないのです。「どうがんばるのか」「企業のどこにひかれたのか」「どういう仕事ができるのか」内容を自分なりの考えで具体的に熱意を持って伝えてほしいのです。



## 2 能力だけでは……

現在、企業は考え方が柔軟で創造性があり、仕事に対し情熱を注げる人材を求めています。現実には、ほとんどの企業がペーパーテストよりも面接試験重視に切り替えてきているのは、応募者の人間性を重視しているからです。

中途採用では応募者の能力が採否の重要ポイントですが、これは職務経歴書によりアピールができます。多数の応募者があり比較してみると、能力の差がないことが多いのです。

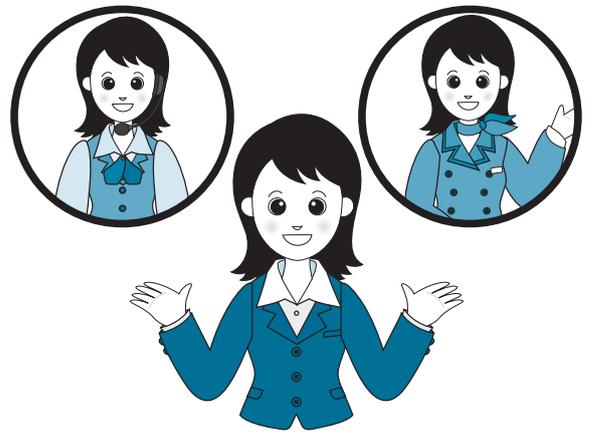
そこで、面接試験ではこれまでの職務内容を理解することから始まりますが、能力にそれほど差がない場合は、応募者が入社後に企業でどれだけの力を発揮できるか、困難があっても前向きに取り組んでいける人材かどうかを採否を決定する重要なポイントとなります。

## 第2 面接試験の前に

### 1 経験した仕事を振り返る

面接試験を受ける前に自分の職業的資産の棚卸しをしてください。過去に経験した仕事を振り返り、再度、自分自身を見直すことにより、生きた言葉で自分自身をアピールでき、人事担当者の心を引きつけるのです。特に同じ職種に応募する場合は、過去にどのような仕事をしてきて、今後、企業に採用された場合にどのような仕事ができるかを具体的にアピールしてください。

違う職種に応募する場合は、「なぜこの仕事に転職したいのか」を考えます。過去に経験した自分の職業的資産を捨ててしまうことが多いからです。自分の人生観に合わない、興味があって仕事をしたが実際は違って、家庭環境の変化による時間的制約等、色々あると思いますが、「なぜこの仕事に転職したいのか」を人事担当者に説明することが重要なポイントとなります。



### 2 退職理由

面接試験においての重要ポイントのひとつに退職理由があります。労働条件・待遇が悪い、人間関係による、能力を評価してくれない、仕事が合わなかった、リストラ、解雇、契約期間満了、が主な理由となりますが、転職によるステップアップ等による前向きな退職理由、契約期間満了以外は、自分自身で退職理由を整理する必要があります。

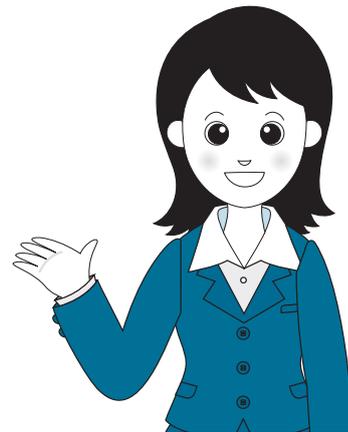
例えば、人間関係がうまくいなくて退職した場合、人事担当者に前の会社での人間関係が悪くなった状況や相手の悪口を言って理解してもらっても、どんな会社でも気の合わない人はいるものですし、かえって採用しても会社にうまくとけ込めないとマイナスのイメージを持たれます。

面接試験で事実と違うことを言うのはいけないことです。しかし、自分の主観に基づき自分の正当性を主張することと、自分自身で退職理由を整理し、例えば人間関係で辞めたが自分でもこの点は反省し、いい経験となったので、今後、協調性を発揮し仕事を進めていきたいと話すことは同じではありません。思いあたることがあれば反省し前向きに考える必要があります。

### 3 志望動機

面接で必ず聞かれることなのですが、志望動機を明確に言えるでしょうか。興味があるとかこういう仕事に向いていると思うなどと答えても、人事担当者に熱意は伝わりません。これまでの仕事の職業的資産を活かし、応募する企業に貢献したいという気持ちをアピールすることです。

なぜ、この仕事に就きたいのか、なぜ、この会社に入社したいのかを自分自身で確認することが必要です。企業が扱っている商品等を勉強することは当然ですが、商品を使用した感想、企業訪問した際の社員の対応がよかったなど具体的に志望動機を話すことにより、入社したいという熱意を伝えることです。



### 4 自己PR

自分のアピールポイントは何なのか。明確に説明できる人は別ですが、自分の長所と短所、仕事の得手・不得手両方を知る必要があります。自分の得意としていることを知らない人は効果的なアピールができません。また、不得意のことも理解し職業人として補足していく必要があります。

たとえば、職業経験が豊富で転職しても即戦力として通用する人が、口べたのため面接試験では自分を十分アピールできない場合は、履歴書、職務経歴書を充実させ、それに基づき説明し職業経験をアピールするとか、職業経験の乏しい人は、「性格が明るい」ではなく「性格が明るいので接客に向いています」と仕事に結びつけてアピールすることや、その仕事について現在勉強中であり入社後も頑張りたいと積極性をアピールすることが大切です。

## 第3 面接試験の服装

面接試験において、身だしなみや服装が原因で失敗する例がたくさんあります。初めて会ったときは、会話よりも先に身なりや服装に目がいきます。

面接試験に行く際は、想定質問の内容や自己のPRのことばかりでなく、服装や身だしなみについても十分に気をつける必要があります。

### 1 服装

その会社や業界にふさわしい服装で臨みます。

一般的に、マスコミ業界が金融業界に比べて身なりや服装の自由度が高いように、業界にはそれぞれの傾向があります。よくわからない場合は、その会社の下見をして、社員がどういう服装をしているかを確認してみるのも一つの方法です。

ただし、どちらかといえば地味にまとめることが望ましいと思われます。清潔・誠実などの印象を与えることも大切なことなので、清潔感のある服装に心がける必要があります。

また履物については、サンダル履きはいけません。

### 2 身だしなみ

次のことに注意しましょう。

- 髪は整っていますか？
- ひげは見苦しくないですか？
- 歯の汚れや口臭は大丈夫ですか？
- つめは清潔ですか？
- あまり派手な化粧やきつい香水となっていないですか？

## 第4 面接試験での態度

面接試験を受けるときの態度や姿勢は、言葉より多くのものを伝えます。服装や身だしなみと同時に、姿勢・表情・手の動きも大切です。また、常に積極的・前向き・熱意のある態度を心がけましょう。

なお、面接時間に遅れそうなとき、事情により応募を辞退するときは、応募先の人事担当者へ必ず連絡をしましょう。

- 背筋を伸ばして腰掛けます。
- 手は膝の上に置きます。
- 面接官の目・顔を見ます。
- あいづちを打つ、うなずくなど、相手の話を理解しているという姿勢を示します。
- 口ごもったり、早口にならないように注意し、語尾まではっきり話します。
- 自分の癖がでないように注意します。(貧乏ゆすり、髪の毛をさわる、腕組みなど)

## 第5 Web面接での注意点

パソコンやスマートフォンでのビデオ通話による面接についても、基本的には通常の面接と注意点は同じですが、以下のことにも注意しましょう。

- マイクがONになっているか確認しましょう。
- 対面よりも声が聞き取りづらくなることが多いのでゆっくり、はっきり話すように心がけましょう。
- なるべく雑音や騒音が少ない場所で行い、窓を閉めて外部の音が極力入らないようにしましょう。
- スマートフォンを使用する場合はSNSや電話の通知を切るようにしましょう。
- 背景には極力何も映らないようにし(できれば白い背景が望ましいです)、バーチャル背景や背景ぼかしの機能も使用しないようにしましょう。
- 面接官の質問が聞き取れなかった場合は慌てずに「申し訳ありません。もう一度質問をお願いしてもよろしいでしょうか?」と聞き返しましょう。

## 第6 面接試験でよくある質問

### よくある質問は事前に自分の考えをまとめておきましょう

- ① 退職理由をお聞かせください。
- ② 志望動機についてお聞かせください。
- ③ 当社を選んだポイントはなんですか。
- ④ この職種があなたに適していると思う理由をお聞かせください。
- ⑤ 希望する職種に就けなかった場合はどうしますか。
- ⑥ 自己PRをしてください。
- ⑦ 「これだけは誰にも負けない」というものがありますか。
- ⑧ あなたの長所と短所をお聞かせください。
- ⑨ あなたのキャリアに足りないものはなんですか。
- ⑩ 仕事をする上で大切なものはなんですか。
- ⑪ 仕事で何か失敗したことはありますか。
- ⑫ あなたは、当社にどのような貢献ができますか。
- ⑬ この業界の現状と将来についてどう考えていますか。

## 面接試験の受け方

● ハローワークがあなたの面接試験を応援します ●

令和6年12月

青 森 労 働 局  
ハローワーク(公共職業安定所)