就職応援セミナー

面接対策

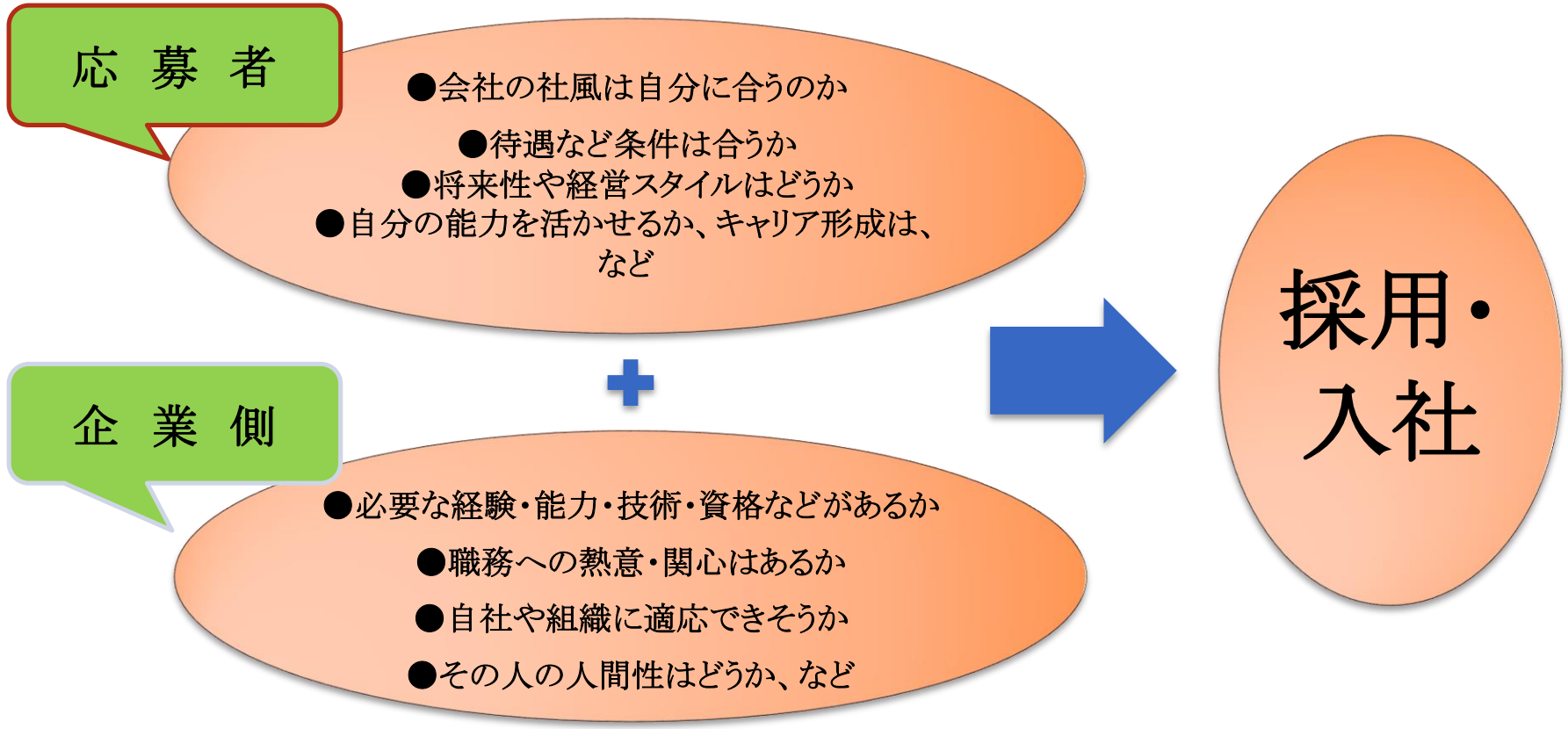
～面接の臨み方・注意点について～

港北公共職業安定所
045-474-1221

202405

面接の目的

- 応募者と企業側の双方が相互理解を深め、
  「採用する」／「この会社で働きたい」を判断する機会



★面接は、自分をアピールすると同時に「その会社が自分にふさわしいかどうか」も見極める機会
⇒企業側が求める能力や人間性などをアピールするには、<u>事前準備が不可欠！</u>

大切な第一印象

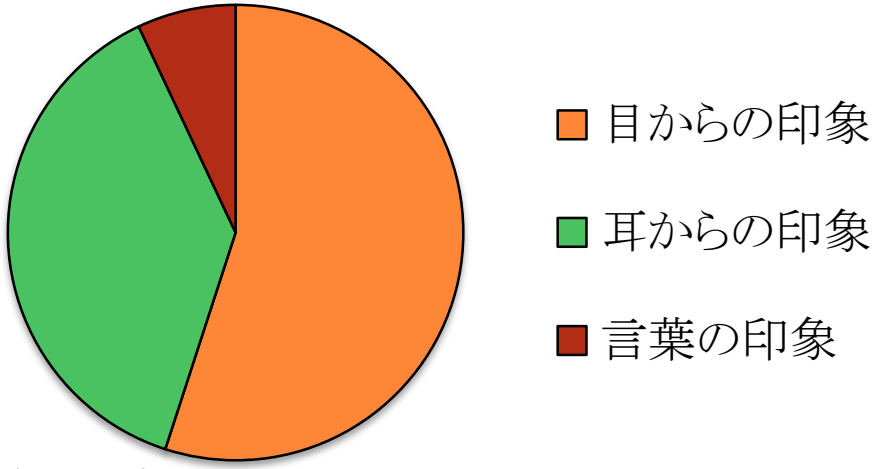
- 第一印象は、採用判断に影響を与える一つの要素になる
  - 「第一印象が良いと、その後の印象も良くとらえやすい」傾向があるといわれている

メラビアンの法則

① 目から判断される要因：55%
（表情・態度・しぐさ＝見た目）

② 耳から判断される要因：38%
（語調、速さ、大きさ）

③ 言葉づかいから判断される要因：7%
（言葉づかい）



★面接時は、あなたが話す内容（言葉）だけでなく
「表情」「態度・しぐさ」「口調」「言葉づかい」等、印象も総合して判断される

◎応募者の立場からは、面接時には応募職種に適していると思われる人物を想定し、その印象を相手に与えることが大切

事前準備

- 身なりや態度、面接に向かう姿勢は「言葉」以上にあなたを物語っています
  - 話す言葉や内容と、態度・マナーを一致させるよう心がけることが大切

- 面接に行く会社に対して
  - 応募先企業の事業内容を再確認（ホームページ／会社四季報　等）
    - 企業のプレスリリースや業界に関する話題やニュースも確認
  - 求人内容、自分の履歴書・職務経歴書を再読・再確認

服装・持ち物

- **服装　★「清潔さ」を基本に！**
  - 当日の身支度は、前日のうちに整えておく
    - スーツやシャツはアイロンをかけてありますか？
    - 着ていくスーツや服は面接に適したものですか？　※基本はオーソドックスなものを着用
      - クリーニングに出していた場合、タグや仕付け糸は取り除きましたか？
    - 履いていく靴は磨いてありますか？
    - 髪の長さ、髪型は整えてありますか？
    - 髭や爪はきれいですか？
      - 女性の場合、ネイルやアクセサリーは華美過ぎませんか？

- **持ち物　★当日、慌てないように！**
  - 面接会場までの地図、会社・担当者の連絡先（電話番号）
  - 応募書類の控え・筆記用具
  - 携帯電話
  - プラスα：ストッキング・折畳み傘など

面接時のマナー

- **視線**
  - 面接者の目を見て話す
    - 視線を合わせることで、熱意や意欲を伝えることができる
      - 視線が合わないだけで、コミュニケーション能力が低いとみなされることもある
      - 苦手な人は、大事な話をするときだけでも目を見るようにする
      - 相手の鼻～首あたりに視線を向けるだけでも印象が変わる

- **話し方　★慌てず・焦らず・一呼吸！**
  - 質問者が理解しやすいように、質問には簡潔に答える
    - 質問に対し「結論」から話し、なぜそういえるのかを続ける
  - 知ったかぶりをしない
    - わからないことは「わかりません」と素直に、謙虚に答える
  - ネガティブな発言よりも、できるだけポジティブに話す
  - 声の大きさ・・・少し大きめに／声のトーン・・・やや低めを意識
  - 話す速さ・・・普段よりゆっくり話す
  - 語尾をはっきりと、また話の「間」を少し意識する
  - 言葉に詰まっても一生懸命話す姿はあなたの「話そう」という気持ちの表れ

Point！
面接の基本は「会話」
一方的に話すのはNG

面接の流れ

◎会社到着～面接の質疑応答～会社を出るまでの流れ、全てが「面接」であると考えましょう

会社到着

- 携帯電話の電源をOFFにする
- コートは脱いでから、傘はたたんで会社に入る

受付

- 応募先の会社に着いたら、受付で訪問の主旨を伝え担当者への取り次ぎを依頼する　※ここでの対応も確認されていると思って！

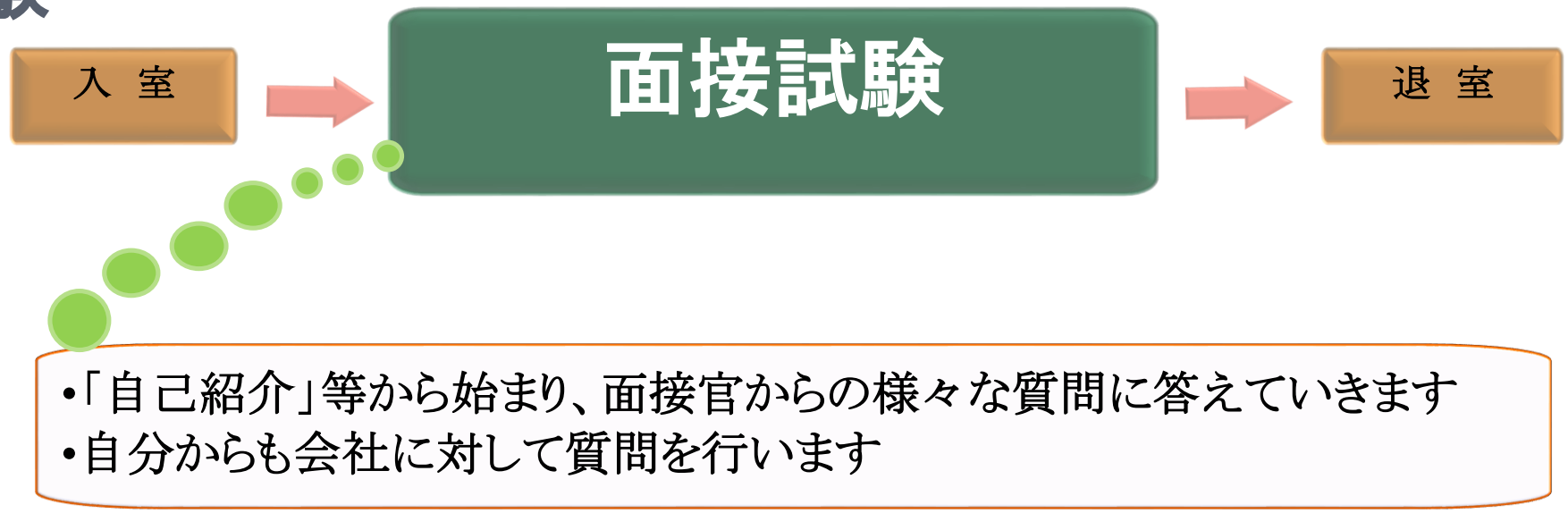
控室

- 入室・退室・着席時の挨拶を忘れずに
- 静かに待つ　※新聞を読んだり、喫煙は厳禁！

面接室

- 語先後礼を心がける
- 別紙「基本的な面接のマナー」で入室～退室までの動きを確認しておく

面接試験



- 想定問答の準備をすることで、受け答えは格段にスムーズになります
  - 「面接によく出る質問20」参照
- どこの応募先でも聞かれる可能性が高い質問について、前もって回答内容を整理しておく

想定される質問へ回答するポイント

- **退職理由**
  - 不満やネガティブな理由は、前向きさに欠けると判断されてしまうことが多いのでなるべくポジティブな表現をする
  - 自分にとって好ましくない環境に対し、どう前向きな行動をとったのかを話し、前向きな転職であることを伝える

- **仕事（職種）に対する志望動機**
  - 「こんな仕事がしたいから」と具体的に話す
    - 短期的な目標・長期的な目標を設定しておくと、現状認識・将来のビジョンを示すことにもなる

想定される質問へ回答するポイント

- **企業に対する志望動機**
  - 「将来性がありそう」「安定しているから」といった どこの応募先にも当てはまるような回答は避ける
  - 事前の企業研究で得た情報をもとに、自分なりの視点で志望動機を話す
    - 待遇面ばかりに偏ると、仕事への意欲に欠けるように思われてしまうので注意が必要

- **職務経験・仕事内容**
  - どんな仕事をして、どのくらい成果を上げたのか具体的に示すことがポイント
    - 数字や困難を乗り越えた具体的なエピソードなどを交えると説得力が増す
      ※事前にキャリアを整理しておいたものがここで役に立ちます

想定される質問へ回答するポイント

「何かご質問はありますか？」の問いに対し、
「いいえ、何もありません。」とだけ答えることには
ならないようにしましょう

- **応募者からの質問**
  - 事前に3問くらい用意しましょう
    - 応募する職務・業務内容、仕事の流れ、会社の事業内容・製品・サービス・方向性など、仕事に関する内容
    - 準備していた質問が面接の中で解決した場合は、その事実を伝える
      - 「十分説明いただきましたので、特に質問はありません」など

Point！

・質問は、最後の自己PRの場ととらえ、一生懸命さ・熱意を伝える
・面接のやり取りの中でよくわからなかったこと、不安に思ったこと、仕事内容などについては納得いくまで聞いておく
・給与や待遇のことばかり、しつこく聞くのはNG

面接時の対応で気を付けること

- 余計なことは言わない・しゃべりすぎないこと
- 意地悪な質問にも冷静に対処する　※言い訳や議論をしない
- 前社の悪口・批判を言わない
- 前社の社内用語を使わない

補足資料

面接時のマナー

- **座り姿**
  - 背もたれにもたれず、背筋を伸ばす
  - 座席の3分の2くらいまでに腰かける（膝ができるだけ直角になるような位置）
  - 男性は
    - こぶしが一つ入る程度ひざの間を開け、ひざ下をまっすぐおろす
    - 手をひざの少し上あたりに置く
  - 女性は
    - ひざをつけてまっすぐおろすか、少し斜め下におろす
    - 手を組み自然に太ももの上に置く
    - 顔はあごを引いてまっすぐ前を見る

- **立ち姿**
  - 膝を伸ばし、かかとをつけ、つま先は少し開く
  - 首を伸ばしてあごを引き、背筋を伸ばし、目はまっすぐ相手に向ける
  - 肩の力は抜いて、胸を張り、おなかを引っ込める
  - 腕は脇に、指先をそろえて伸ばす。女性は指先を前に組む

面接時のマナー

- **表情**　★なるべく明るく！柔和な表情を心がける
  - 眉間：しわを寄せない
  - 目：伏し目がちになったり、きょろきょろと目線を動かしすぎないように
  - 口：話をしていないときは、口を閉じておく　※半開きにならないよう注意

- **歩き方**　★姿勢を正し、背中を丸めずに歩く



公正採用選考について

- 応募者に広く門戸を開く
- 本人の持つ適性・能力に基づいた採用基準とする
  ⇒ 関係ないことを面接時にたずねる、エントリーシートに記載させる事は就職差別につながりかねない

  - 就職差別につながるおそれがある14事項
    - 本人に責任のない事項
      ⇒ 本籍・出生地／家族／住宅状況／生活・家庭環境
    - 本来自由であるべき事項の質問
      ⇒ 宗教／支持政党／人生観・生活信条／尊敬する人物／思想／労働組合、学生運動などの社会運動／購読新聞・雑誌・愛読書
    - 不適切な選考方法
      ⇒ 身元調査の実施／本人の適性・能力に関係のない事項を含んだ応募書類の使用／合理的・客観的に必要性が認められない健康診断の実施

公正採用選考について

- 採用面接時に多い不適切な質問・指示事例
  - 次の面接に進む前に、戸籍謄本を提出してください
  - ご家族のお仕事について教えてください
  - 大きな家にお住まいのようですが、働く必要があるのですか
  - 先日行われた選挙には行きましたか
  - あなたの購読新聞や愛読書があれば教えてください

- 不適切なエントリーシート項目事例
  - 本籍や帰省先記入欄
  - 家族構成や家族の連絡先記入欄
  - 思想や信条に関すること、愛読書欄