

# 就職支援・オンラインセミナー (面接入門編)

---

ハローワーク厚木  
職業相談第一部門

## 本日の流れ

- 【1】第一印象について
- 【2】面接時の服装・身だしなみ
- 【3】面接時の持ち物
- 【4】面接の受け方
- 【5】よく聞かれる質問

# 【1】第一印象について

## 相手の理解を得る要素

※目は、口ほどにもの言う（＝非言語表現の大切さ／メラビアンの法則）



## 第一印象を良くするポイント

- ①身だしなみ 第一印象に大きく影響します。不快感を持たれないように気を付けましょう
- ②表情 緊張して表情がこわばりがちです。自然な笑顔で姿勢をよくしましょう
- ③話し方 明るい声でハキハキと話しましょう

## 【2】面接時の服装・身だしなみ

	男性	女性
頭 髪	清潔感・長さ・色・前髪が目にかかっていないか。	清潔感・長さ・色・前髪が目にかかっていないか。 ヘアアクセサリは目立っていないか。
顔	ヒゲはきちんと剃っているか。清潔で健康的か。	完全なノーメイクでは無いか。 職場にふさわしいメイクか。 化粧崩れは大丈夫か。
服 装	スーツは紺やグレーなど落ち着いた色の物。 ワイシャツは白が定番。 スラックスはアイロンをかける。裾のホツレ・ボタンが取れていないか確認。 靴下はスーツと同色もしくは黒色。 ポケットに物を入れすぎない。	スーツは紺やグレーなど落ち着いた色の物。 スカート丈に注意する。 インナーは白か派手で無い物。裾のホツレ・ボタンが取れていないか確認。 ストッキングはベージュが基本で柄が無い物。伝線の時のために予備を用意しておく。
手	清潔感。爪は切り揃える。	マニキュアは控えた方が良い。しても透明か薄いピンク。ネイルアートは厳禁。
靴	黒がベスト。きちんと磨いておく。	黒がベスト。ヒールがあまり高く無い物。
その他	香水やコロンは控えめに。眼鏡はビジネス仕様か、レンズの汚れに注意。	

## 【3】面接時の持ち物

- 1 応募書類(履歴書・職務経歴書・ハローワークの紹介状)  
※書類選考の場合は応募書類のコピー
- 2 筆記用具・メモ帳
- 3 面接会場の地図・連絡先
- 4 ハローワーク求人票
- 5 財布
- 6 携帯電話
- 7 腕時計
- 8 ハンカチ・ティッシュ(雨の日はウエットティッシュがあると靴の汚れ拭き等に便利)
- 9 女性はストッキングの替え
- 10 その他ご自身で必要と思う物( )

# 【4】面接の受け方

## (1) 面接の留意点



### 面接当日 開始まで

- ① 最寄りの駅から面接は始まっていると思って、気を抜かない
- ② 会社に入る前に服装、髪型を見直し、携帯電話の電源を切る
- ③ 遅刻しそうな場合は速やかに会社に連絡を取る
- ④ 受付や社員の方への挨拶をしっかり行う

### 面接時

- ① 入室時に「失礼します」の第1声を、明るく感じよくする
- ② 相手の目を見て、質問を熱心に聴くこと
- ③ 質問の意図を理解し、具体例を上げ的確に応答する
- ④ 受け答えは結論から話し出し、理由は後から話す。またシンプルにまとめてダラダラと話さない

## (2) 基本的な面接マナー





## 座り方にも注意しましょう！

- ◆ 背もたれにもたれず、背筋を伸ばす
- ◆ 座席の3分の2くらいまでに腰掛ける
- ◆ 顔は顎を引いて面接官をまっすぐ見る

- ◆ 男性→こぶし一つくらい膝の間を開け、膝下をまっすぐおろす  
手は膝の上で軽く握りこぶしにする
- ◆ 女性→膝を揃え指先を伸ばして両手を前で組む



## [5] よく聞かれる質問

	質問例	回答のポイント
1	自己紹介をしてください	自己理解を踏まえ、経験業務の強みなどを簡潔に伝える
2	志望動機を教えてください	会社や職種を選択した理由、自分の能力・経験のアピール、意欲を伝える
3	前職の退職理由を教えてください	自分自身のマイナスイメージや、勤務先の悪口は避ける、積極的で前向きな理由を伝える
4	仕事上で心掛けていることは何ですか？	仕事に活かせることを意識してエピソードを交えて回答する

# よく聞かれる質問

	質問例	回答のポイント
5	なぜ〇〇の職種を希望したのですか？	未経験職種への転職の際は、希望したきっかけや業務理解、経験から生かせること、入社に向けて努力していることを伝える
6	あなたの「長所・短所」はどんなところですか？	それぞれエピソードを交えて具体的に、特に短所はそれを補う努力をしている事も伝える
7	パソコンはどのくらい使えますか？	実務内容(実務経験が無ければ出来る事)を具体的に回答する
8	何か質問はありますか？	「ありません」は積極性に欠けると思われる為、企業研究を行い入社意欲が伝わる質問を用意する