

## 新卒応援ハローワークでは電話による相談も行っています！

新型コロナウイルス感染症による影響で、「なかなか思うように就職活動ができない」と感じている方が多くいらっしゃるかと思います。そんな状況の中で、新卒応援ハローワークの窓口への来所が難しい方については、就職支援ナビゲーターによる電話による職業相談も行っていますので、気軽にご相談ください。

さて、今回の「就活応援だより」では、就職活動の進め方について「履歴書の書き方が分からない」「面接が不安」など、この時期に新卒応援ハローワークに相談が多い内容について、ポイントを押さえてお伝えしていきます。

### 履歴書作成や面接でのポイントをお伝えします！



#### Q 志望動機ってどう書けばいいの？

#### 履歴書編

まず**結論** 自分が大切に思っていること・やりたいこと。  
次にその**根拠** や自分の強みとなること。  
最後に企業の特徴・・・どのように貢献するかなど。  
採用後の仕事に結び付けると良い！

#### Q 自分のアピールポイントが分からない

- ・短所から長所を見つける「リフレーミング辞典」を活用しよう！（ネットで検索するとたくさん出てきます）
- ・周りの人に自分の印象を聞いてみよう！
- ・自分で当たり前と思ってやっている、良い行いはないですか？ それらもアピール要素になり得ます。

#### Q 履歴書用紙の選び方は？

学校の指定様式があればそちらを使用します。市販のものならA3サイズで、「学歴・職歴」欄が左半面で完結するものが良いでしょう。

「読んでいただく」という気持ちで、思いを込めて、丁寧に仕上げよう！

#### Q 学歴はどこから書くの？

特に指定がなければ高校入学からでOK！  
コースや学科まで記載しよう。  
中退は略さずに「中途退学」と書きましょう。

#### Q 緊張して頭が真っ白になってしまいそう

#### 面接編

面接は緊張するもの！ 上手く話すコツは、①結論、②理由 の順で話すことです。  
場合によっては「緊張しています」と伝えて、深呼吸をしてみるのも良いでしょう。面接官は敵ではありません。会話をする気持ちで向き合うと多少リラックスできるかも。

#### Q 何を質問されるの？

面接官が知りたいのはあなた自身のことです。履歴書に書いた志望動機や自己PRを自分の言葉で、掘り下げて伝えられるよう準備しよう！

#### Q 言葉づかいがきちんとできるか不安

普段から敬語を意識して使ってみよう。  
若者言葉や略語はNGです。声の大きさにも気を付けて、少なくとも「はい」「です」「ます」はしっかりと伝えましょう。

会話のキャッチボールを心掛け、意欲や熱意を伝えよう！

#### Q 入退室の仕方が分からない

動画サイトなどで検索してみましよう。細かい流れにこだわりすぎず、笑顔や姿勢など第一印象をしっかりと意識しましょう。自分のスマホで録画して確認してみるのもいいでしょう。

#### オンライン (Web) 面接のポイント

画面越しだと表情が硬く見えがちです。柔らかい表情を意識し、早口にならないようにハキハキと話そう！

- ① 雑音の少ない場所で、部屋の背景や明るさに注意する
- ② カメラの位置は正面に設置
- ③ 話す時の目線は画面ではなくカメラに向ける
- ④ 応募書類は手元に準備し、メモとペンを用意しておく
- ⑤ 通信トラブルに備え、緊急時連絡先を確認しておく など





# 何ができるの？新卒応援ハローワーク！

「新卒応援ハローワーク？」「ハローワークってなんか怖そうで、あんまり行きたくないよね」と思っている方も多いと思いますが、そんなことはありません！就職活動の相談以外でも気軽にご相談ください。

「就職活動のストレスで落ち込んでいる」、「不採用が続くので自信喪失がみ」・・・という方に！

## 心理カウンセリングもご利用できます！

予約制

心理学の知識を備え、経験豊富なカウンセラーがじっくりお話をうかがって、あなたの悩み事に専門的な手助けをします。

【相談実施日】毎月4回実施（水曜日の午後）

【お申込み先】ハローワーク高知 新卒応援ハローワーク Tel 088-878-5342

※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当分の間、対面での相談ではなく電話相談にて対応させていただきます。当所電話回線を使用し、担当心理士が直接お電話いたします。



## ◆◆ 新卒者内定取消等特別相談窓口のご案内 ◆◆

新型コロナウイルス感染症の影響で内定の取り消しや入職時期の繰り下げにあった皆さまのための特別相談窓口を、全国56ヶ所の新卒応援ハローワークに設置しました。卒業後でも利用できますので、まずは特別相談窓口にご連絡ください。(088-878-5342) なお、最寄りのハローワークでも相談を受け付けています。



パソコンで簡単にできる

～職業適性診断を試してみませんか～



「どんな仕事に就いたらいいかわからない」「自己理解ができていない」という方に！「キャリアインサイト」を利用して自身の[能力評価][職業興味][価値観][行動特性]を知ること、就職活動に役立ててみよう。ご希望の方は事前に予約が必要ですので、まずは新卒応援ハローワークに電話してみよう！

## 大卒等求人が公開されました

令和3年3月卒業予定者向けの大卒等求人が4月1日から公開されました。求人内容については「ハローワークインターネットサービス」で確認できます。なお求人への応募は6月1日以降となっています。(既卒3年以内の方については、既卒者応募可能の求人、かつ通年採用のものであれば4月1日から応募可能です)



## ハローワークの窓口に来所せずハローワークを利用したい！

そんなことができるのか。と初めは思いましたが、考えてみると意外と利用できる支援メニューがあることに気がつきました。このような状況になって、初めて気づくことも多くあり、それを皆さんにも伝えたいと思い、今回「就活応援だより」を発行する運びとなりました。これから就職活動を進めていく皆さんの一助となればと思います。

今後、皆さんの学校へセミナーや出張相談でお伺いできる日が一日でも早く訪れることを、スタッフ一同願っております。(職業指導官:森)

お願い



※ハローワークに来所されて相談等の支援を希望される方は、新型コロナウイルス感染症拡大予防として、マスクを着用する等の十分な対策をして、来所していただくようお願いいたします。

