

保護者の
ための

家族で 就活応援 ハンドブック

子どもの将来 どう関わる？

フレ、フレ、
就活。



はじめに

お子さんと将来の進路について話し合ったことはありますか？

幼少期の「将来の夢」は、成長に伴って現実的な「将来の進路」へと変わります。

ですが、成長に連れ、気恥ずかしさなどから、なかなか保護者の皆さまと話す機会を持ってないときがあります。

気づけば進路決定の時期。進学するにしても、いずれ就職する事になります。

学生の就職活動には、社会人の先輩として、最も身近な保護者の方の理解と協力が不可欠です。

「私はこの仕事に就きたいんだ」

「僕はこの企業に入りたいんだ」

そういった相談があったとき、保護者としてどのように接したらいいのでしょうか。

そもそもお子さんにとって、就職先を選ぶ理由は、就職のゴールとは、一体何でしょうか？

大企業であること、安定した会社であること、残業の少ない会社であること等々、十人十色の答えがあります。ただ、一貫して大事なことは「後悔しない道を（最後には）自分で選択する」ということではないでしょうか。

この冊子は、お子さんの将来の進路決定に際して、保護者はどのように接するべきか、ご自身の気づきとなり、そして、将来の進路についてコミュニケーションをとるきっかけになってほしいという想いから作成しました。

是非、参考にさせていただければ幸いです。

山形労働局職業安定部長 榛葉 杏子
県内ハローワークスタッフ 一同



目次

01		はじめに	01
02		現在の若者にとっての“働く”	03
03		“どこで”働きたいのか	05
04		自己理解と仕事理解	07
05		保護者の関わり方 ワンポイントアドバイス	09
06		お子さんと自分自身の自己分析ワーク ..	11
07		ハローワークのサポート案内	13
08		結びに	14
09		県内ハローワーク一覧	裏表紙

現在の若者にとっての“働く”

【働くって?】

働くとは何か?「国民の義務」「生活の手段」「社会貢献」など、様々な考え方がありますが、敢えて一言で表現するなら「自立する」ということではないでしょうか。そしてそれは、「人生そのもの」に繋がる、極めて重要な選択と言えます。

【知っておこう!就活の流れ】

高校卒業後就職の場合

夏休み期間等での職場見学

学校での就職指導(応募書類・面接対策)

応募

選考

内定



(なお、応募については、ハローワークで受理した求人に対して、学校が生徒を推薦するのが基本的な流れです。)

大学(短大・専門学校等含む)卒業後就職の場合(※)

大学1~3年生前半 インターンシップ

大学3年生(短大・専門学校の場合は1年生後半~2年生序盤)から就活

学校のキャリアセンターやハローワークでの就職指導(応募書類作成・面接対策)

応募

選考

内定



※大学生は高校生に比べ自由度が高く、一定のルールは設けられているものの、学生によって就活スタートの時期に大きな差があります。

☑みまもりポイント

左記は概ね標準的な動きです。この動きと比べてお子さんの動きがどうあるか、じっくり見守ってみましょう。早くても遅くてもまずは見守ることが大事です。

万一、遅く見えてもすぐさま後押しすることはオススメしません。保護者の見えないところで動いているけれど結果が出ていない、ということもあるかもしれませんから。

もし、本人が「就活の進め方が分からない」という時は、学校（キャリアセンター）やハローワークへぜひ相談して下さい。（13P参照）

【多様な働き方と大事なこと】

正社員として入社後、同じ会社で定年まで勤め続けるということは少なく、今や転職は当たり前になった時代。企業の人手不足も著しく、多様な選択肢があります。働く時間で言えば、フルタイムばかりでなくパートタイムやフレックスタイムがあり、働く場所で言えば、オフィスで働くほかテレワーク（自宅やコワーキングスペースなど）という働き方があります。「首都圏の会社に就職したが、ずっと山形県で働く」という事例もあり、業種・職種によっては場所を選ばない働き方もあります。

この中で大事なものは、「ファーストキャリア」という考え方です。最初に入社した会社での働き方が、次の仕事に大きく影響します。お子さんの「成長」（ビジネススキル、社会人としての態度・姿勢・考え方、人間性など）に繋がる仕事を選ぶことが大事ですが、その上で必要なのは、就活時の自己分析です。学校や就活支援機関、お子さんはどこであってもきっと「自己分析が大事」と言われているはずです。お子さんから「私って何が得意かな？何ができるかな？」と聞かれることがあるかも。その時、保護者として何と答えますか？

（自己理解は7・8Pへ）



“どこで”働きたいのか

【山形県と首都圏 仕事と生活の違い】

働く場所を考える上で、下記の【観点】から自分の価値観を見つめ直すことが重要です。

言い換えれば、仕事を選ぶ際の観点は会社や仕事の内容以外にこんなにもある!ということ。

観 点	山形県	首都圏で働く
生活コスト	家賃や物価が安い →貯蓄や趣味に回しやすい	物価は大きく変わらないが、 生活費全般が高く、特に住居費が 大きな負担になる
通 勤	車通勤が主流 →ストレスが少なく、自由度が高い	電車通勤が主流 →満員電車の場合が多いため 心身ともにストレス
自然・環境	四季や自然が身近で、 リフレッシュしやすい	公園は多いが 都市部は緑や自然が少なめ
キャリア機会	地域課題や 多能工的な経験が積める →若手でも活躍しやすい	大手企業や専門職が多く、 昇進・専門性の高い ポストも豊富
仕事の種類	地場産業・中小企業を中心に →多様な役割をこなす必要も	産業が多様・職種の選択肢が豊富 テレワークなどの在宅勤務もある →ON/OFFの切り替えが難しい
子育て・教育	保育料軽減、 自然の中で子育て可能	教育機関が多く、 選択肢が広い
余暇・娯楽	温泉やアウトドアなど 自然派娯楽が充実	文化・エンタメ・ショッピングが豊富 混雑で落ちつける場所が少ない
給与水準	首都圏に比べると 平均年収はやや低い	全国平均より高め
将来の展望	地域貢献の実感、 暮らしの豊かさ	キャリアの発展・ 年収アップの可能性

山形県の仕事に日頃から注目してみよう!

進路選択に向けて、早期より「仕事」に意識を向けることは有効です。この場合、無理なく自然に触れてもらうことが大事です。例えば・・・

仕事の話をしてみる

普段、お子さんが学校での出来事を話してくれるような雰囲気でご自身の仕事について話してみましょう。

地元の企業を話題に

地元の企業が暮らしにどう関わっているか、自然に話すのも効果的です!

「このパン、〇〇(株)が作っているんだって」

「この道路は近くの〇〇建設が作っているんだよ」



企業連携イベントに参加

職業体験など、体験イベントに参加することもいいですね!



自己理解と仕事理解

【「その仕事は続けられそう？」～想像と違った！を避けるために～】

保護者、就活をする本人、さらには企業にとっても気がかりなのは、「入社して長く続けられるだろうか？」ということ。近年の早期離職の原因として

・仕事が合わない ・思っていた仕事と違った

というものがあります。こうした想像と現実のギャップを回避するために必要となるのが「自己理解」と「仕事理解」です。



【自己理解とは？】

自己理解とは、いわば「選択をするうえで自分に合ったものさし」を見つけることです。

例えば、進学では「偏差値・校風・学ぶ科目」などが基準となります。

一方、就職では「業界・業種・職種・企業風土・企業規模・勤務時間・福利厚生」など基準となる項目が多岐に渡ります。

「自分は仕事とどう関わりたいか？(何を優先・重要視するか)」を言語化し、

理解すること＝自分のものさしをもっておくことで、

仕事探しがスムーズになるばかりでなく、

納得して決断できるようになるため、入職後のフィット感も高まります。



◇自己理解のために必要な行動「自己分析」

よく耳にする「自己分析」。自己理解を深めるために、自分の過去の経験(プライベート、学校生活やアルバイトなど)や価値観、得意・不得意、興味・関心を振り返り、「自分はどんな人間か」「どんな仕事が向いているか」を整理する作業のことです。

(例)・どんなときにやりがいを感じたか

- ・どんな環境や人との関係が心地よいか
- ・どんなことに強みや関心を持っているか

最初から全ての企業や仕事を調べるのはかなりの時間と手間がかかり、現実的ではありません。最初に自己分析を通して自己理解をきちんと行い、「自分のものさし」で測れるようになってから、次のステップである「気になる仕事・企業を探す」作業に進むことをオススメします。



【仕事理解とは？】

仕事理解とは、業界や職種、企業ごとの働き方や求められる能力、将来性などを調べて理解することです。

(例)・どんな仕事内容か(誰の役に立つか、何を提供しているか)

- ・働く人はどんな思いや価値観を持っているか
- ・業界の将来性や安定性、変化への対応はどうか

先述した自己理解が“自分を知ってものさしを作る”ことなら、仕事理解は

“気になる企業や仕事自分が自分に合うか否かをものさしで測る”ことと言えるでしょう。



◇ 仕事理解を深める = 自身が惹かれる根拠が明確になる

自分のものさしを用いて仕事理解を進めるほど「なぜ自分はこの仕事をやってみたいと思ったのか?」という「自身が惹かれる根拠=志望動機」がより明確になります。

- ① 自身のものさしに合う企業をピックアップできるようになり、企業研究の質が高まる
- ② 実際の応募書類の作成や面接で必ず聞かれる「なぜこの仕事を選んだのか? = 理解しているだろうか?」という質問への対策にもなる
- ③ 理解したうえで選ぶことで早期離職の原因である「認識のズレ」の防止にもつながる

このように、自己理解と仕事理解のステップを進めて選んだ先に、自分に合う仕事・企業を見つけることができます。



自己理解と仕事理解は、本人と企業のフィット感を高め、理想と現実のギャップを埋める為、就活の中でも最も大切にすべき工程の一つです。その重要性は多くの方が認識している一方、日々の学業、就活対策(応募書類対策・面接対策)などと比べた時に優先度が下がってしまいます。

是非、自己理解と仕事理解のための時間をお子さんが意識して作れるよう、見守ってあげてください。

✓ みまもりポイント

お子さんが「何がしたいかわからない(何もしたいことがない)」と言っても、すぐに焦らず、「わからない状態」を受け止めましょう。また、お子さんの決断に対して後押しするのではなく、言語化することをサポートしましょう。(△「○○が選択したことなら応援するよ」⇒◎「それを選んだ理由を教えて」)

親の価値観や印象(「○○職は楽、○○職はキツイ」、「○○は安定している」など)を押しつけないようにしましょう。また、「○○はその仕事でどんな働き方ができそう?」など、仕事内容から踏み込んで、「自分に合う働き方」についての理解を促すことも重要です。

自己分析・仕事研究は
厚生労働省の公式診断ツール
「**ジョブタグ**」でできます。

職業について知ることができるだけでなく、仕事に対する興味・価値観から自分に合った仕事、やりたい仕事の検索もできます。また、将来に備えた自己啓発内容を検討するなど、色々なことができます。



URL: <https://shigoto.mhlw.go.jp/User/PersonalUse>

企業が求める人材

- 学生を採用するとき、企業はそのポテンシャルに着目します。
- 企業が求める要素として多いのは、「人柄(誠実さ・明るさ・元気さ・粘り強さ)」「**基本的な生活・態度・言葉遣い**」「**コミュニケーション能力**」です。
- これらは一朝一夕で鍛えたり、矯正できたりするものではありません。
- この3点を育て、面接で示すことができれば、どの企業でも有利に立ち回ることができます。(一部専門職では資格が必要な場合もありますが、新卒採用の場合、経験ではなくポテンシャルを重視するケースが多く、上記事項の重要性は変わらないでしょう。)

保護者の関わり方 ワンポイントアドバイ

1. 「口出し」より 「聞き役」になる

お子さんが進路について話した際に、想定したものとかけ離れていた場合、「なんで?やめた方がいいよ」「こうしたらいいのに」「甘い」など、現実の厳しさを知っているからこそその反応をしてしまうかもしれません。ですが、それはお子さんにとって大きなプレッシャーとなり、選択肢を狭めかねません。

お子さんが自分で考えた道筋の一つですから、否定せずにまずはしっかり聞く姿勢を持つことが極めて重要です。

キーワード

「そうなんだね」「大変だったね」
「それで、どうしたいと思っているの?」

2. 情報提供よりも 「環境づくり」

保護者が企業や業界のことを調べることはとても大事です。ただ、調べた結果を提供することよりも、「ホッとできる家庭環境」「安心して話せる空気」を整えることを優先しましょう。

その上で、「〇〇の仕事をしてみたいんだけど、大変かな?」とお子さんが話してくれたとき、収集した情報に価値が生まれるはずです。

キーワード

「いつでも相談していいよ」
「分からないことがあったら聞いてね」

5. 「それでもつい意見を言いそうになる」という時は?

まだまだ社会経験の少ないお子さんたちにとって、将来の進路をきちんと考えることは難しいことです。保護者の皆さまからすれば突拍子もないと感じるアイデアがあるかもしれません。

それは当然のことですし、「子の選択を応援できていない」と自分を否定する必要もありません。「子を信じる」=「何でもOK」ではありません。

大事なことは、保護者と子の見解の一致ではなく、子の理解です。それを分かって接していることが伝われば、お子さんの方から意見を聞いてくれることがあるかもしれません。

「〇〇は□□がしたいんだね。どうしてそう思うの?」など、寄り添いつつ、お子さんの考えを言語化させる問いかけも有効です。



3. 結果よりも 「過程」を認める

就活は結果が出るまで時間がかかるものです。そして内定が出るまでの間のプレッシャーは相当なものです。結果の有無よりも、まずは「自己分析をした」「企業を調べていた」「応募書類を作った」「面接に行ってきた」などの努力や行動を認めてあげてください。

キーワード

「がんばってるね」
「行動しているだけでもすごいよ」

4. 「保護者」よりも 「子」の意思を尊重

「安定している会社を選んでほしい」「地元に残ってほしい」「この仕事は大変だよ」など、保護者としての願いが出てくるのは自然です。でも最終的に働くのはお子さん自身。お子さんの選択を尊重する姿勢が信頼関係を築きます。

キーワード

「その仕事なら得意そうだね」
「よ〜く考えて決めたことだから、応援しているよ」

保護者のかかわり過ぎ!? チェックリスト

- お子さんの就職先について「保護者の希望」がはっきりある
- 「地元に残ってほしい」と何度も口にしている
- 「この会社はダメ」「その仕事は向いていない」と否定したことがある
- お子さんが何をしたいかよりも「安定」や「給与」を重視して話している
- お子さんが就活で動いている様子がないと、つい口出ししてしまう
- 保護者が率先して企業情報を調べ、伝えている
- お子さんが話す前に、自分の意見を先に伝えてしまう
- 「どうせ無理なんじゃない?」とネガティブな言葉を使ったことがある
- お子さんの決定に「本当にそれでいいの?」とつい疑ってしまう

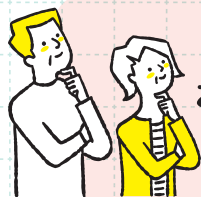
Qチェックの目安

- ・0~2個:◎いい距離感でサポートできています。
- ・3~5個:△少し心配かも。聞く姿勢を意識してみましょう。
- ・6個以上:△サポートが過剰になっている可能性があります。子の意思を引き出す姿勢にシフトしてみてください。



お子さんと自分自身の自己分析ワーク

WORK1

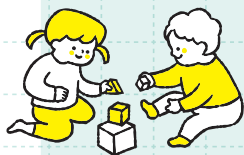


お子さんの理想の働き方と保護者である自身が思う理想の働き方について比較して話してみましょう。

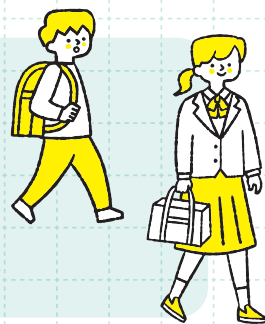


観点	例	お子さんの理想	保護者の理想
働く場所	山形県・ それ以外(具体的に)		
やりたい 仕事	事務・製造・ 建設・福祉等		
企業規模	大企業・中小企業		
重視 すること	自分の時間・ やりがい、賃金等		

WORK2



今までお子さんが関心をもっていたものや得意なこと／苦手なことなど、保護者から見たエピソードを振り返りましょう。



幼少期

小学校

中学校

高校

WORK3

本冊子をふまえたうえで、具体的にどんな接し方・行動・言葉を心がけてサポートしたいと思いますか？



WORK4



これから就活をするお子さんへのメッセージを書いてみましょう。

ハローワークのサポート案内

ユースエール企業認定制度 / 認定企業を探す

お子さんが「ワークライフバランスを重視したい」(=残業は少なく、有休は取りやすく、メリハリをつけてイキイキと働きたい!)という時、このマークが目印になります。いわゆる国が認定した「労働時間や有休取得について厳しい要件を毎年クリアしている優良企業」です。



詳しくはこちらから ▶ https://jsite.mhlw.go.jp/yamagata-roudoukyoku/newpage_00482.html



「やまがた新卒応援ハローワーク」にご相談ください

やまがた新卒応援ハローワークは、新卒予定の学生・生徒、既卒3年以内の方の為のハローワークです。就活前の準備、就活中の面接対策、就職後のサポートまで幅広いサポートを行います。

また、**就活に前向きになれない方、休学中の方、中退した方も含めて、一人ひとりに寄り添った支援を提供します。**



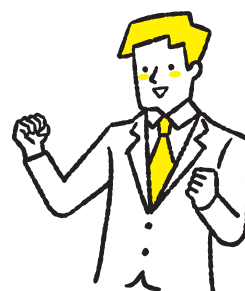
やまがた 新卒応援ハローワーク

〒990-0828
山形市双葉町1-2-3 山形テルサ1F
TEL 023-646-7360



ハローワークで受けられるサービス一覧

- 新卒求人の検索
- 就職相談
- 応募書類の作成支援
- 職業適性検査
- 面接会・ガイダンス情報の提供
- 就活セミナー
- 模擬面接
- オンライン職業相談



○…いつでも受けられるサービス ●…事前予約が必要

結びに

—お子さんの進路選択に寄り添うことが、お子さんの豊かな社会生活に繋がる。—

振り返るとあつという間でも、就活は非常に長いと感じる事があるかもしれません。お子さんが就職活動を通して悩み、迷い、自分の道を探す姿を見ていると、保護者として「本当にこれで大丈夫だろうか」と不安になることもあると思います。ですが、**保護者の皆さまにできることは、決してすべてを先回りして用意することではありません。**

たとえ遠回りに見えても、自分で考え、選び、進もうとする経験こそが、お子さんにとっての本当の学びです。

安心できる居場所を用意し、必要なときにそっと背中を支えること。

その存在が、お子さんにとって何よりの心の支えになります。

学生としての就活は誰もが通る道であり、一生に一度の経験です。そのため、大きなプレッシャーを受けているかもしれません。そんな時お子さんが求めているのは安心できる居場所ではないでしょうか？

お子さんが面接を終えて帰宅したとき、「どうだった？」ではなく、「おかえり。お疲れさま」と声をかけられたなら、お子さんは「疲れたけどがんばったよ」と、自分から話しはじめてくれるかもしれません。

「この仕事にきなさい」と与えられた選択肢よりも、保護者の寛容な姿勢こそが、自分で選択した仕事に対し、責任を持つことにも繋がるでしょう。

就活に行き詰まり、自信を失っているお子さんに「よくがんばったね。自分でここまで動いたことがすごいよ」というような声かけは、勇気をもって、次の一步を踏み出すことに繋がるでしょう。

それが、これからの人生を力強く歩む“自立”の第一歩となります。

そしてこれは保護者の成長にも繋がるアクションです。

この冊子が、お子さんも、保護者も、一緒に成長していく一助になれば幸いです。



悩むのは真剣な証拠です



就職支援ナビゲーターがいる県内ハローワーク一覧



やまがた新卒応援 ハローワーク

〒990-0828
山形市双葉町1-2-3 山形テルサ1F
TEL 023-646-7360



Instagram



LINE



ハローワーク米沢

〒992-0012
米沢市金池3-1-39
米沢地方合同庁舎1・2F
TEL 0238-22-8155

ハローワーク酒田

〒998-8555
酒田市上安町1-6-6
TEL 0234-27-3111

ハローワーク鶴岡

〒997-0035
鶴岡市馬場町2-12
鶴岡第2地方合同庁舎1F
TEL 0235-25-2501

ハローワーク新庄

〒996-0011
新庄市東谷地田町6-4
新庄合同庁舎1F
TEL 0233-22-8609

ハローワーク長井

〒993-0051
長井市幸町15-5
TEL 0238-84-8609

ハローワーク村山

〒995-0034
村山市楯岡五日町14-30
TEL 0237-55-8609

ハローワークさがえ

〒991-8505
寒河江市大字西根
字石川西340
TEL 0237-86-4221

山形労働局
公式SNS
やまハロ

