

VI

キャリア サポート



IV
国際展開に向けた単位修得要諦

V
海外での学び

VI
キャリアサポート

VII
生活の手引き

キャリアセンターを活用しよう

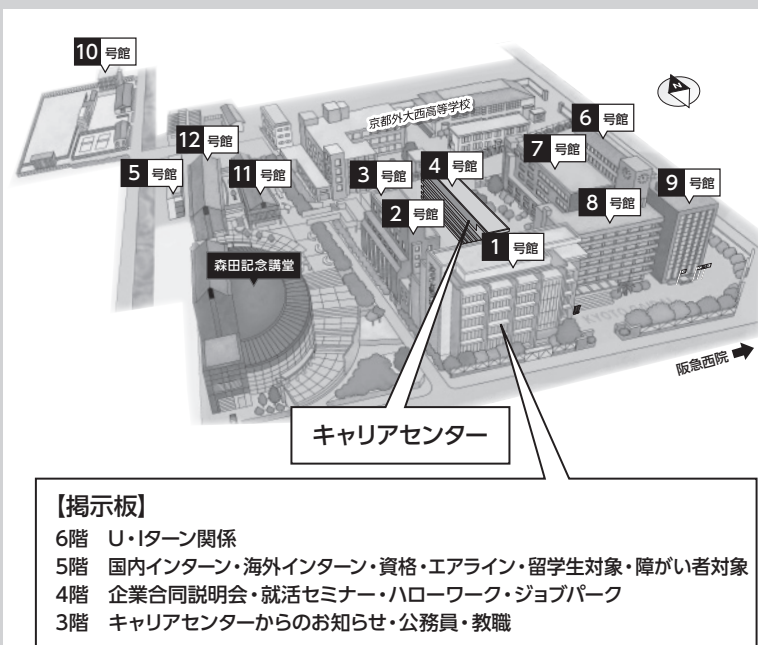
学生の皆さんが将来希望する分野へ進めるよう、次の支援を行っています。

■ キャリアセンターの活用 < 4号館2階 >

- **就職指導、相談、斡旋**
履歴書・エントリーシートの添削、模擬面接
- **求人資料等の提供**
キャリアスUC
- **就職に関する証明書の発行**
推薦状、人物証明書
- **企業セミナー、講演会の実施**
学年ごとの進路ガイダンス、企業説明会
- **インターンシップ等の実施**
国内・海外インターンシップ
ペイドインターンシップ
海外フィールドワーク
- **就職支援対策講座の実施**
就職筆記試験対策、SPI 対策模擬試験
履歴書・エントリーシート対策
面接・グループディスカッション対策
公務員試験対策
エアライン試験対策
- **キャリア教育科目の提供**
全学共通科目、教養科目
- **企業情報の収集・分析**
四季報、帝国データバンク会社年鑑等
各社新聞閲覧、インターネットの利用

■ キャリアセンターの場所と掲示板 2018年3月現在

事務室と資料室は4号館2階に、
また掲示板は1号館にあります。



■ 資料室の利用

- パソコン(16台)・プリンターは就職活動に伴う利用に限定しています。
- 備え付けの書籍等は事務室で手続き後、2日間貸し出すことができます。
- 資料等は大切に取り扱いください。もし破損を見つけたり疑問な点がある場合は、事務室まで申し出てください。
- 資料が必要な場合は、備え付けのコピー機(1枚10円)を利用してください。
- 喫煙および飲食物の持込み、携帯電話の使用を禁止しています。
- 私語を慎んでください。

事務室・資料室 開室時間	
月曜日～金曜日	9:00～18:30
土曜日	9:00～17:00



日・祝祭日および本学が定める休日は閉室します。

休講時、夏期および冬期休暇中、また緊急の場合には時間を変更することがあります。

キャリアセンター主催の行事等で閉室することがあります。

ホームページの「就職・資格」<キャリアセンター><キャリアセンターサイト><詳細を見る>で資料室の開室時間を確認できます。



4号館2階 資料室

閲覧 書籍・資料

- Uターン就職情報誌 [貸出可]
- 留学生就職情報誌
- 障がい者就職情報誌
- 各種就職関係図書・雑誌 [貸出可]
- 業界専門誌 (日経 MJ、織研)
- 各社新聞

就職支援サイト (キャリアスUCについて)

キャリアセンターからの就職支援情報や学内就職イベント情報、また企業から本学に配信される求人情報やインターンシップ情報を、すべてオンラインで公開します。イベントへの予約やキャリアセンターへの相談・添削・面接練習などの予約もキャリアス UC を通して行いますので、必ず登録して積極的に活用してください。

※スマートフォンからも利用できます。

キャリアス UC

【ログイン方法】以下のいずれかの方法からログインをしてください。

① スマートフォンの場合 (推奨)

右にある QR コードを読み込んでください。

① PC の場合

外大 HP 内の「就職支援」のアイコンよりログインできます。

機能紹介

求人検索機能

求人票、インターンシップ情報ともに、さまざまな検索条件から希望の情報を得ることができます。

フリーワード
クイック検索
人気条件
条件検索
積極採用求人
体験談のある企業 など

人気条件で検索

<input type="checkbox"/> フリータイムプランあり	<input type="checkbox"/> 給与・残業状況	<input type="checkbox"/> 3年連続で業績アップ
<input type="checkbox"/> 社内研修充実	<input type="checkbox"/> グローバル企業	<input type="checkbox"/> セミナー・資料中
<input type="checkbox"/> 女性活躍に力を入れている	<input type="checkbox"/> 実力・成長意欲	<input type="checkbox"/> 多角的な事業展開
<input type="checkbox"/> エントリー受け付け	<input type="checkbox"/> 経験や年功を重視	<input type="checkbox"/> ミニプロジェクト重視

検索

人気条件や進路希望などを総合して、希望にマッチした情報を優先して提供するレコメンド機能がポイント。

相談予約

ガイダンスや、キャリア相談もオンラインでスムーズに行うことができます。

ガイダンス一覧
ガイダンスカレンダー
ガイダンス予約
キャリア相談予約
キャリア相談カレンダー など

学校担当者と同期したカレンダー機能で、簡単に情報閲覧、予約が可能。

マイページ

基本情報のほかに、活動報告書や進路決定届の提出などもまとめて入力可能。また、気になった企業や求人情報をブックマークする機能もついています。

登録情報の確認・変更
進路希望の確認・変更
活動報告書の提出・確認
進路決定届の提出・確認
ブックマーク一覧

進路決定届を登録できます。
企業選択ボタン名は「活動報告書の企業から選択」ボタンをクリックし、登録する企業を選択後、以下の情報を入力し、「登録する」をクリックしてください。

活動報告書の企業から選択

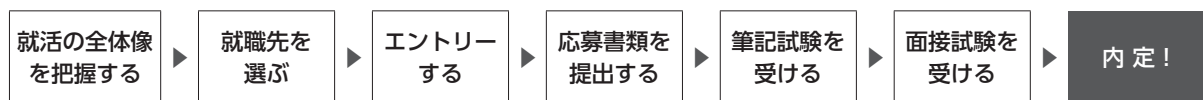
企業選択

登録された活動報告書や進路決定届は、リアルな就活情報として提供。

就活サポートプログラム

このプログラムは、皆さんが就職活動で必要となる能力や知識を効果的に習得するためのプログラムです。大いに利用し就職活動に役立ててください!

■ 就職活動の流れ



大学1・2年次でやるべきこと!

「社会人基礎力づくり」

- 自分について見つめる (自分の興味、適正、能力って?)
- 自分の可能性を広げる、または探求する学習行動、社会活動に挑戦する
- 社会についての関心・教養を深める (例えば新聞を読む習慣をつけるなど)
- 学内で行われるインターシップなどを効果的に活用する
- 社会人としてのマナーやルールを身につける
- 正しい日本語と論理的な思考方法について学習する

大学3年次・短大1年次でやるべきこと!

「就活の手法を学び実践する」

- 就活のスケジュールを把握し、準備、計画を立てる
- 自己分析 / 業界研究 / 企業研究の精度を高める
- 学外で行われるインターンシップなどを効果的に活用する
- 筆記試験対策をする (SPI 試験、性格検査、一般常識など)
- 履歴書や ES を練り上げる

大学4年次・短大2年次でやるべきこと!

「自分にとって最良な進路を獲得する」

- 求人情報を得る
(Web サイト、大学の求人検索システム、合同企業説明会など)
- 就職マナー、アピールの内容、伝え方などをブラッシュアップし人前で話すことに慣れる
- 就活で悩んだり困った時はキャリアセンターで相談する

プログラム名	内容	実施時期	大学1年次	大学2年次	大学3年次	大学4年次	短大1年次	短大2年次
キャリアガイダンス	自己発見をテーマにしたガイダンスを実施します。早い時期から未来の自分に向けての意識づけを行います。	年2回	●				●	
進路ガイダンス	社会に出て差がつく生き方をテーマにガイダンスを実施します。学生生活ですべきことを考え、進路に対する意識を高めます。	年2回	●	●			●	●
Talking about Career	キャンパス内外の様々な職歴を持つ社会人との交流を通して自分の生き方について考えます。	随時	●	●	●	●	●	●
各種ガイダンス	在外公館派遣員制度、JICA ボランティア、国際機関での就職、海外就職など、外大生にとって関心の高いテーマをピックアップしてガイダンスを行います。	随時	●	●	●	●	●	●
国内・海外インターンシップ フィールドワーク ペイドインターンシップ(短期大学のみ)	社会人と一緒に働くことで社会人基礎力を養成します。また、社会への関心を高めることで、就活の際に重要となる業界研究や企業研究を早い段階から意識して学習していきます。	夏・春 休暇中	●	●	●	●	●	●
就職ガイダンス	就職活動を円滑に行うための基礎的な解説ガイダンスです。ガイダンスは年3回実施予定です。内容は就職活動全般の流れから始まり、自己分析や業界研究、企業研究の仕方も解説していきます。	年3回			●		●	
学内合同説明会(春)	本学の学生を採用ターゲットとする大手企業、優良企業、ユニーク企業などが計180社程度来学して企業説明や採用について説明していただくビックイベントです。	2・3月			●		●	
学内合同説明会(秋)	まだまだ就活を諦めない！秋以降に再募集をする優良企業を招聘して行うネバーギブアップイベントです。	10月				●		●
就職エージェントとの協賛イベント	就職支援の専門会社と協力して求人紹介セミナーなどを開催します。	適時				●		●
個別企業説明会	本学の学生を採用ターゲットとする企業が個別で企業説明や採用について説明していただきます。	随時				●		●
履歴書・ES 対策講座	採用担当者にとって魅力的な文章を書くにはどうしたら良いのか。文章の構成から具体的な表現方法までレクチャーします。また、講座終了後にはプロの講師による添削も受け付けています。	12月・1月			●		●	
筆記試験対策講座 (SPI 無料模擬試験付)	主に SPI など Web 試験に対応するための講座です。本講座の前後に模擬試験があり、実力判定を行うことも出来ます。	10月・12月			●		●	
面接対策講座	面接でのマナーや魅力的に自己PRをするための表現方法までをレクチャーします。	1月			●		●	
グループディスカッション 対策講座	近年、多くの企業が選考初期の段階で実施する選考試験への対策です。グループディスカッションは何を見られているのか。その評価基準を知ることによって初対面同士でのディスカッションへの対応力を養います。	1月			●		●	
メイクアップ講座	女子学生のためのメイク講座です。明るく爽やかな印象を与えるメイクの秘訣をレクチャーします。	2月			●		●	
外国人留学生 就職ガイダンス	日本での就職活動の基本的な行い方から履歴書の書き方、外国人留学生を積極的に採用する企業情報まで幅広くレクチャーします。	年3回			●	●		
障がい者就職セミナー	障がい者手帳を使っての就職活動の行い方や障がい特性をどのように整理し企業にお伝えするのが効果的か、具体的な手法をレクチャーします。	年1回	●	●	●	●	●	●

就職支援対策講座

就職対策の一助として「就職支援対策講座」を開講します。各講座の詳細は事前に講座独自の受講説明会または就職ガイダンス等でお知らせします。この案内は現在の予定であり、日時が変更される場合もあります。講座の詳細をよく確認し、スケジュール調整を十分に図り、各講座の申込期間内に申し込みをしてください。各講座の受講説明会や申し込み等については、順次キャリアセンター掲示板またはキャリアタス UC でお知らせします。

SPI 対策模擬試験 + 就職筆記試験対策講座			大学3年次生・ 短大1年次生対象
<p>就職筆記試験では一般常識試験やSPI試験（SPI3）が実施されます。一般常識試験は中学や高校で学んだ基礎的な知識や時事問題が出題されます。SPIは「能力検査（言語分野と非言語分野に分かれます）」と「性格検査」から成るマークシート方式の適性検査です。能力検査は問題数も多く、時間内に解くには慣れが必要です。特に多くの文系学生は「非言語分野」を苦手としていますので、しっかりと解法を修得する必要があります。</p> <p>この講座では、「非言語分野」と「言語分野」と「時事」について学習し、特に「非言語分野」に多くの時間を使います。就職筆記試験は対策をすれば、必ず成果が表れます。筆記試験本番までに問題に慣れ、対策に取り組んでおきましょう。また、本講座の前後にSPI対策模擬試験を無料受験できます。実力判定に是非活用してください。</p>			
受講期間・時間	授業数	受講料（予定）	受講説明
<p>【SPI 対策模擬試験】 本講座前の模擬試験と本講座後の模擬試験</p>			
秋学期	試験 90分 解説 60分	無料	就職ガイダンスでお知らせします
<p>【就職筆記試験対策講座】</p>			
秋学期	160分×6回	無料 ※テキスト代1,000円(予定) が自己負担となります	就職ガイダンスでお知らせします

「履歴書・エントリーシート対策講座」「面接対策講座」 「グループディスカッション対策講座」			大学3年次生・ 短大1年次生対象
<p>企業の採用活動において、履歴書やエントリーシート等による書類選考と、複数回にわたっての面接試験が行われるのが一般的です。企業によってスケジュールに違いはありますが、この選考を避けることはできません。就職活動にあたって、履歴書やエントリーシートと、面接やグループディスカッションへの対策は必須です。対策としては履歴書作成や面接を実際にやってみることが大切です。本講座では、このような対策として秋学期以降に就職活動が必要とされるスキルについて段階的に学習していきます。</p>			
受講期間・時間	授業数	受講料（予定）	受講説明
① 履歴書・エントリーシート対策講座 (12月～1月)	STEP ①～STEP ③ 160分×3回	無料 ※ただし、履歴書・ エントリーシート 対策講座については テキスト代の 1,000円(予定)は 自己負担となります	就職ガイダンスでお知らせします
② 面接対策講座 (1月)	160分×1回		
③ グループディスカッション対策講座 (1月)	120分×1回		

エアライン対策講座				全学生対象
<p>「漠然と航空業界への就職も考えている。でも競争率も高そうだし何から始めていいかわからない。」そんなあなたのための講座です。本講座では、社会資本（インフラ）として重要な役割を担う航空会社を取り巻く国際情勢と社会的使命、実際の業務をしっかりと学習し、知識と接客適性のブラッシュアップを目指します。どんな適性が必要か、どんな採用試験なのか、憧れを現実にする力をつけるために今あなたに必要なことを学んでいきましょう。</p>				
コース	受講期間	授業数	受講料（予定）	受講説明
ベーシックコース	夏期休暇中の3日間	90分×9回	15,000円	キャリアタス UC および 掲示でお知らせします。
直前対策コース	春期休暇中の3日間	90分×12回	20,000円	
※受講料には、教材費・消費税を含みます。				

公務員試験対策講座			全学生対象
<p>講座は市役所（教養型）、警察官、消防官、国立大学法人等を志望する方を対象に、公務員試験合格を目指す講座です。公務員試験は、いくつかの試験科目から出題されますが、中でも数的処理は出題数の半分近くを占める最重要科目であり、数的処理の出来が合否を左右するといっても過言ではありません。そのため、本講座では数的処理を重点的に学習し、それ以外の科目はポイントを絞った効率的な学習を行うカリキュラムとなっております。数的処理が苦手な方も学習に不安がある方も、本講座で学習することで、効率的に本番の試験で得点が取れる力を養成することができます。秋学期から始まる学内公務員講座で、公務員の内定を掴みとりましょう。</p>			
受講期間・時間	授業数	受講料（予定）	受講説明
秋学期開講 【10月～3月】 木曜日開講 18:20～21:00 土曜日開講 10:50～16:30 ※年度によって開講スケジュールは変更することがあります。	詳細は受講説明会で お知らせします	82,000円 （通年コース）	① 7月中に開催 ② 9月末に開催 キャリタス UC および 掲示でお知らせします。
※受講料には、教材費・消費税を含みます。			

これらの講座のほかにも就職支援に繋がるさまざまなイベントやセミナー、説明会の開催も予定しています。キャリアタス UC、掲示等でお知らせしますので、キャリアセンターからの情報を見逃さないようにしてください。