

# キャリアたま vol.2

2021年12月号



## みなさん、こんにちは。多摩キャリアセンターです！

### 多摩キャリアセンターでは、図書の貸出をしています

実は...3キャンパスあるキャリアセンターの中で、貸出をしているのは多摩キャンパスだけです！  
一人1冊1週間となりますが、業界地図や就職四季報、自己分析や筆記試験対策の本など、色々揃っていますので、ぜひ利用してください。  
年度末に向けて、図書の入れ替えを行なっています。キャリアセンターの前に、放出図書を出していますので、気になる本があればお持ち帰りください★

支援行事一覧



個別相談予約



予約制でみなさんの相談を受け付けています。キャリアに関する相談ならどんなことでもOK！（キャリア就職システムを使うには、初めに希望登録が必要です）

キャリアセンHP



意見募集！



法政大学 多摩キャリアセンター／総合棟2階／平日：9:00～11:30、12:30～17:00

# 支援行事 (12月～2月実施分)



日時		対象学年	行事名	コメント
12/9(木)	17:20～19:00	1～2年	低学年キャリアガイダンス③（文系）	当日参加できなかった方は、HPよりオンデマンド配信が見られます！
12/10(金)	18:45～19:45	1～2年	国家総合職対策講座 3年生コースガイダンス	
12/14(火)	17:20～18:20	3年	グループディスカッション 体験会②	
12/15(水)	10:00～17:00	3年	大学生協 写真撮影会	詳細はタマえもんで確認！
12/18(土)	10:00～17:00	3年	他大学合同オンライン 模擬面接会	
12/20(月)	13:30～15:00	全学年	就活・就職に向け生活リズムを整えよう！セミナー	長いコロナ禍やオンライン授業で、体調管理・生活管理が難しくなっていませんか？女子学生の体調などについてもお話しします。
1/13(木)	18:45～19:45	主に3年	キャリアセンターLIVE！ 大質問大会③	個別相談するほどじゃないけどちょっと聞きたい、他のみんなはどうしてるのか知りたいなど、お気軽に参加してください。
1/14(金)	17:20～18:20	3年	グループディスカッション 体験会③	『グルディスを「やる」だけでなく「見る」という経験ができるのが貴重！』と感想をいただいています。この回が最終回です。
1/27(木)～1/31(月)	17:15～18:45	3年	第3回就職ガイダンス	
2/18(金)	13:00～16:00	主に1～2年	オンライン仕事体験セミナー	企業のISに参加する前に、「仕事」をオンラインで体験できるセミナーです。自分の興味や得意なことを見つけれられるかも★
2/24(木)～3/3(木)	終日	3年	学内企業セミナー	



この他、インターンシップ体験会・社員座談会、今やる講座など断続的に開催中！  
※キャリアセンターのイベントは、予約制です。「キャリア就職システム」より予約をしてください。  
※参加ができなくなった場合には、必ずキャンセル をしてください！



項 目		チェック 欄	どこまでできている？／なにができていない？
自己分析	自分の「強み」と「それを裏付けるエピソード（複数）」を言える		
	「就活の軸（職業観等）」が言語化できる		
企業研究・業界	興味ある業界が3～4つ挙げられる		
	各業界で受けたい具体的な企業名が数社以上挙げられる		
エントリーシート・履歴書	証明写真をどこで撮影するか決まっている（応募先によりデータも必要）。※提出先により、3か月以内撮影等の条件があることがあります。		
	「学生時代頑張ったこと」を①文章にして②他者に見てもらっている（400字/200字版）		
	「自己PR」を①文章にして②他者に見てもらっている（400字/200字版）		
	大学指定の履歴書を入手した（法政大学指定履歴書は、大学生協にて販売しています）		
	受けたい企業（業界）の志望理由を文章化し始めている		
筆記試験	筆記試験（SPI・玉手箱等）がどのようなものか知っている		
	対策を進めている（問題集を一周以上終わらせている）		
面接・マナー	面接やグループディスカッションの様子（映像含む）を見て、基本的なポイントを理解している		
	実際に経験したことがある（インターンシップ・模擬・体験会含む）		
	自分の身だしなみやマナーを客観的に確認できている（社会人に見てもらう等）		

↓他にも準備できることはあります↓

- ☐ OBOG訪問
- ☐ インターンシップ
- ☐ 合同企業説明会への参加
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐



OB/OGの就活体験記を検索  
してみよう！



講座のリストはこちら！  
過去のオンデマンド配信あり。

## 学チカ、自己PR、カタチになった？

秋冬インターンシップや早期選考、年明けの本選考に向けて、学チカや自己PRを本格的カタチにする時期になりました。

「まだ書いたことがない！！」、「内容がイマイチまとまらない」等で悩んでいる人は、気軽にキャリアセンターに相談してください。

### ■まずは手や口を動かして考えてみよう！

書くための第一歩は、キーワードを書きだしてみたり、メモやスケッチやマップを描いたり、誰かに話すことです。話す場合は、色々と話題がとんでも、聞き手がストーリーを補ってフィードバックします。そこから、経験の棚卸や自分では思いつかなかった出来事がフワッと登場するときがあります。（まずは相談！）

手や口を動かすヒントとして、就活手帳（2023年3月卒版）114ページ「自分研究のためのワークシート」にエピソードを書き出すのも、書くための第一歩になりますよ。

### ■いきなり文章を書く、実はハードルが高い！

メモやスケッチは手元に残りますが、話は残りません。誰かに話を聞いてもらったら、すぐにその内容をメモしましょう！（これ重要！）

話しっぱなしは何も残りません。ただ話したという満足感が残るだけです。

### ■未完成でもOK！

学チカ、自己PRの相談は「完成形」である必要はありません。「学チカ、自己PRなにそれ？」でも構いませんので、本選考エントリーが本格化してくる前にキャリアセンターへ相談を！（これ重要！）

※就活手帳（2023年3月卒版）をまだもらっていない方はキャリアセンターまで！

## ■先輩からの紹介IS(インターンシップ)について

低学年のみなさんの中にも、「そろそろIS？」という人がいるかもしれませんが。長期休み前後によくある相談で、「先輩から長期ISを紹介された」というものがあります。ご自身が「やってみたい！」と思って挑戦されるならいいのですが、「せっかく声をかけてもらったし」という理由だけだとしたら、ちょっと考えてみましょう。また、参加費や保険料を支払う必要がある有料ISもあります。

ISは、基本的には無料で「仕事体験」をさせていただくものになります。キャリアセンターにも無料ISの募集が届いていますし、就職支援サイトでも、低学年でも応募できる無料ISが検索できます。少しでも疑問や不安を感じたら、キャリアセンターに相談に来てください。

### ■低学年の今こそ、生活リズムを整えよう！

コロナ禍が続き、気を付けることや我慢することが増え、体や心に負担がかかっていませんか。今後の就活や就職に向け、生活リズムや体調について、考えてみませんか？体や心の不調、LGBT、女子学生の体調など、色々なお話をしようと思います。オンデマンド配信も予定しています。

『就活・就職を見据えて、生活リズムを整えよう！』（オンラインセミナー）

日時：2021年12月20日（月）

13：30～15：00

詳細はこちらから⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒



## 求人メール配信の登録はしていますか？

キャリアセンターには、毎日のように求人票が届いています。そうした中から、キャリアセンタースタッフが選りすぐった求人を、定期的にメール配信しています。

登録がお済みでない方は、キャリア就職システムの支援行事予約から登録をしてください。

※進路が決定している方は、キャリア就職システムの進路報告登録をしてください。

進路報告登録は、卒業時の成績発表を見るのに必要な手続きとなります。時間の余裕がある時に、正しい情報をご入力ください。