

# 就職活動体験談

司会



キャリア形成支援課 課長補佐  
**小林 仁**

パネリスト



経済学部国際経済学科4年  
**守岡詩織**



文学部英語英米文学科4年  
**細谷 歩**



文学部歴史学科4年  
**伊藤涼平**



人間科学部社会学科4年  
**中村亮介**

大学生生活では焼き菓子店やスーパーマーケットのアルバイトに力を入れ、新店舗の立ち上げにも携わった。通信インフラ会社内定。

英米映画を研究するゼミ所属。大学生生活では英語学習とアパレルブランドのアルバイトに力を入れた。クレジットカード会社内定。

新潟県出身。南北アメリカ史を研究するゼミ所属。ゼミ活動の一環として昨年2～3月にアメリカを旅行。地方銀行内定。

静岡県出身。ネットワーク系のゼミ所属。ごみ拾い活動サークル「グリーンバード専修大学」を立ち上げて活動。電力会社内定。

## ■就職活動、いつ、何から始めたか

**小林**：まず皆さんが就職活動を意識し始めた時期、またどんなことから準備を始めたかをお話したいと思っています。

**中村**：3年生の4月頃です。新型コロナウイルス感染が拡大はじめていたので、また就職氷河期がくると考えて、早めに始めました。始めた内容は、企業や会社を知ることです。東京ビッグサイトなどで行われている企業説明会に参加したり、オンライン上でのマイナビやリクナビを通した説明会

に参加したりして、企業の様々な情報をつかんでいきました。

**伊藤**：3年生の7月頃だったと思います。夏休みのインターンシップなどが始まる時期で、周りが動き始めたので、私も動き始めました。元々公務員を志望していたので、市役所だったり、地域貢献という軸で地方銀行のインターンシップにいくつか参加しました。その時は、自己分析、企業研究はまだ始めていなかったもので、そこがちょっと失敗だったと思います。

**細谷**：3年生の7月頃になります。大学のキャリア



ア形成支援課に行って「就活始めようと思ってるんですけど何から始めればいいですか？」って、聞くところから始めました。まず企業を調べて、夏のインターンシップを募集している企業がたくさんあったので、気になる企業に応募しました。

**守岡**：3年生の夏頃にインターンシップの合同説明会があったので、そこで就活を意識し始めました。実際に準備をし始めたのは3年生の秋頃で、興味のある会社のインターンシップ参加のために、エントリーシートを書いてキャリア形成支援課で見させていただいたり、筆記試験の勉強を始めたりました。

**小林**：インターンシップについて、詳しくお話をお伺いします。細谷さんは何社のインターンシップに参加されたんですか。

**細谷**：大体15社ぐらいです。1 day と3 days があつたと思います。

**小林**：参加するのに選考はありましたか。

**細谷**：応募するだけで参加できるものと、選考になるものもありました。複数日程のものは選考を通過しないと参加できませんでした。

**小林**：選考がどんな内容だったか教えてくださいませんか。

**細谷**：企業によって様々ですけど、エントリーシートの提出、動画選考、グループディスカッション、あとWebテストなどがありました。

**小林**：中村さんはいかがでしょうか。

**中村**：夏と冬、それぞれ3、4社に参加しました。選考があるものが多かったです。

**小林**：インターンシップの選考で提出するエントリーシートは、どんな内容が多かったのですか。

**中村**：学生時代に力を入れたことや、なぜこのインターンシップに取り組みたいのかを200～400字ぐらいで書くことが多かったです。そこで自己分析したので、本番の準備ができました。

**小林**：伊藤さんが参加したインターンシップはど

ういった内容だったか教えてくださいませんか。

**伊藤**：地元新潟県の市役所でのインターンシップです。コロナ禍のため例年通りの形ではできず、オンラインで仕事の様子を見学したり、少しでも仕事を体験するというものでした。一日限りでした。

**小林**：では、インターンシップがその後の選考につながったという方はいらっしゃいますか。

**細谷**：インターンシップから本選考に進んだ企業もありました。またインターンシップ参加者だけが参加できるセミナーや、特別にOBの方とお話する機会をいただけることもありました。インターンシップに参加することで何らかのメリットは必ずあると感じています。

**中村**：表面上は選考とは全く関係がありませんと謳っていても、一次選考をスキップできたり、就活関係のイベントに特別に招待されたりするので、インターンシップに参加するメリットはかなり大きいです。

**小林**：ちなみに専修大学では、今年78.6%の学生さんがインターンシップに参加しています。昨年の数値と比べても約5%増えってる状況です。

## ■自己分析、どのようにした？

**小林**：自己分析をどのようにしたのかをお話しいただきたいと思います。

**伊藤**：私は主に自分が力を入れた活動をメモ書きすることから始めました。主にゼミナール活動とアルバイトの2つを軸に動いていたので、これらの内容をWordなどにメモ書きして、そこから自分の強みを探していきました。

**小林**：自己分析は一人でやりましたか、それとも誰かに意見をいただいたりしましたか。

**伊藤**：最初は一人でやっていたのですが、行き詰まることも多くて、キャリア形成支援課に相談したり、あとは両親から自分の強みを聞いたりし



↑守岡さん



↑細谷さん



↑伊藤さん



↑中村さん

ました。

**小林**：ご両親は皆さんの強みと弱みをよくご存知だと思います。今日ご視聴いただいているご父母の皆さんは是非、お子様が自己分析で悩んでいるときには、あなたにはこういう良いところがあるといった助言をしていただければと思います。細谷さんはどのように自己分析しましたか。

**細谷**：私はまず人生のモチベーショングラフを作成するところから始めました。小学生くらいから現在に至るまでのライフイベントに対して自分の気持ちがどう動いたのかをグラフにします。自分がどういう時に喜びを感じるかを把握し、それを職種選びに結びました。どんな経験をしてきたかを振り返ることもできるので、有効的な方法だったと思っています。あとは自分だけの意見じゃなくて、友人や親に自分がどんな人かを聞きました。

**小林**：友人の意見は参考になりましたか。

**細谷**：参考になったと思います。自分が思っていた強みと同じことを言ってくれた時には、ああ、やっぱりこれは自他共に認める強みだと実感できますし、逆に自分で気づいてない強みも教えてもらえました。

**小林**：守岡さんは、どのように自己分析しましたか。

**守岡**：私は両親に聞いたりして生まれた時から現在までを時系列にまとめて書いてから、モチベーショングラフみたいなものを作って、2つをリンクさせて自分の頑張れる時やモチベーションが上がった時を分析しました。私も行き詰まった時は、友人に聞いたり、キャリア形成支援課の方に聞いたりして自己分析を進めていきました。

**小林**：自己分析は時間がかかりましたか。

**守岡**：はい。かかったと思います。最初の頃は、しっかりと自己分析ができていなくて、エントリーシートを出しても、あまり通過しなかったんですけど、途中で自己分析をやり直してからは、エ

ントリーシートや面接を通過するようになりました。自己分析に一番時間をかけたと思います。

## ■業界・企業研究の進め方

**小林**：皆さん、業界・企業をどのように選んでいったのかをお話しいただきたいと思います。

**中村**：私は最初から企業とか業界が決まっていたわけではなくて、かなりアバウトなところから進めていきました。3年生の12月までは、『業界地図』を見たり、企業説明会に参加したり、インターンシップに参加したりして、知識をつけるようにしていました。年が明けて1月から3月辺りから、だんだん深く狭く、自分の行きたい企業、業界を見極めて、ホームページを参考に徹底的に調べたり、インターンシップで得た情報を整理したりといったことを繰り返して絞っていきました。

**小林**：最初は浅く広く、いろいろな業界や企業を見て、そこから絞り込んだというやり方ですね。

**伊藤**：私は元々公務員志望だったので、公務員と地方銀行、この2つを中心に見ていきました。ただ就職活動が始まって、幅広く見ていかないと、持ち駒がどんどん少なくなると感じました。業種は絞りすぎてもよくないと感じています。最初は広い視野で見て、少しでも興味があるなら、インターンシップや説明会にもどんどん参加していけばよかったと思っています。

**小林**：ご自分の体験から、広く見ておけばよかったと思っているのですかね？

**伊藤**：狭く見過ぎてしまったがゆえに、エントリー数も他の人と比べて少なかったのが、落ちてしまうと重症になります。

**細谷**：3年生の夏頃には様々な業種の企業のインターンシップやセミナーに参加していました。その中で自分が本当に興味を持ったものに絞っていきました。コロナの影響を受けたこともあって、絶対になくならない業種がいいと思うような

って、その頃話題になっていたキャッシュレス決済企業などにも幅を広げて見ていきました。

**守岡**：どんな仕事がしたいかということも大切だと思うんですけど、私はそれよりも働く環境をすごく大事にしていたので、女性が活躍できるかというのを軸に業界や企業選びをしていました。そして、自己分析をしていく中で、自分は影で支えるような仕事が合うと思ったので、通信インフラ業界の会社に決めました。

**小林**：やはり広く浅く見て、そこから絞り込んでいくやり方が、本当に行きたい会社を見つけやすいのかなと思います。

## ■視聴者の質問に答えます

### インターンシップ、授業に支障はない？

ここで、ご視聴いただいているご父母の方からチャットでご質問がきました。インターンシップをたくさん受けた場合、大学の講義との兼ね合いは大丈夫でしょうかという質問ですが、中村さん、どうですか。

**中村**：結論から言うと大丈夫でした。私の場合、大学3年生の夏から秋にかけて、授業数が減ったということもあったんですけど、コロナのためオンラインでのインターンシップが増えていったので、授業が終わってパソコンを開けば参加できます。友達にはスマホを片手にイヤホンをつけて参加するという人もいました。

**小林**：企業側もなるべく大学の授業と重ならないような時間帯や、曜日も土、日に設定することが多かったと思うんですけど、細谷さんはどうですか。

**細谷**：その通りだと思います。夏のインターンシップだと、ほとんどの日程が夏期休暇中に設定しており、それ以外でもほとんどが土日だったので、授業に影響はなかったと思います。中村さんもおっしゃっていたように、オンラインなのでどこでも受けられるのが、すごく便利でした。

### 企業選びは何を参考に？

**小林**：さらに視聴者からの質問です。業界や企業を選ぶ際に参考にした資料は何ですか？ 守岡さんいかがでしょうか。

**守岡**：私は『就職四季報』を参考にしたほか、

最初は食品メーカーを考えていたので、スーパーに並んでいる商品や自宅で食べた商品のパッケージ、テレビCMを気にしていました。

**小林**：製品の裏側を見ると製造元や販売元が書いてあるので、そういうところから企業の知識を広げていったということですね。

### 公務員との併願は大変？

**小林**：さらにもう一つ視聴者からの質問です。伊藤さんは公務員と併願をされていましたが、大変でしたか。

**伊藤**：そうですね。まず公務員と民間企業とで、就職活動のピーク時期が全く違うので、スケジュール管理がうまくできていないとかなり厳しいと、自分の経験から感じます。私も併願してやっていたんですけども、スケジュールがしっかり作れていなかったで、うまく両立できなかったと感じています。

**小林**：伊藤さんは、最終的には民間企業の地方銀行に決定されましたけれども、公務員をやめて地方銀行にしようと思ったきっかけは何だったのですか。

**伊藤**：業界研究を進めて、地方銀行の方が地域貢献できる力があるんじゃないかと感じたので、途中で民間企業に変えました。

**小林**：ありがとうございます。

※パネルディスカッションはさらに続きます。この後、エントリーのこと、面接のこと、親の支援についてなどが語られました。ご興味ある方は、育友会HPのアーカイブ配信をご視聴ください。



※撮影時のみマスクを外しています。