エントリーから書類選考まで

エントリー
就職活動の入口、それがエントリー …… 40

会社説明会
企業を見きわめる目を養おう …… 41

応募書類
自分の魅力を十分に伝えるために …… 43

エントリー

就職活動の入口、それがエントリー

「エントリー」とは、企業側への「興味がある」という意思表示です。企業や就職情報サイトによっては、「プレエントリー」としている場合もあります。
「エントリー」すると、その企業の採用情報や企業情報、説明会の案内などがメールやダイレクトメールで送られてきます。まずは、興味を持った会社に、積極的にエントリーしましょう。

エントリーの方法

■就職情報サイトの企業情報ページからエントリー

以下のサイトを利用する場合、業界、職種等から企業を検索し、複数の企業にエントリーすることができます。就活初期の企業選択に便利です。複数の情報サイトを活用する場合は、重複してエントリーしないように注意しましょう。

■主な就職情報サイト一覧

アクセス就活（運営：株式会社アクセスネクステージ）	**https://www.ac-lab.jp/**
キャリタス就活（運営：株式会社キャリタス）	**https://job.career-tasu.jp/**
ダイヤモンド就活ナビ（運営：株式会社ダイヤモンド・ヒューマンリソース）	**https://www.shukatsu.jp/**
ブンナビ！（運営：株式会社文化放送キャリアパートナーズ）	**https://bunnabi.jp/**
マイナビ（運営：株式会社マイナビ）	**https://job.mynavi.jp/**
リクナビ（運営：Indeed Japan 株式会社）	**https://job.rikunabi.com/**
Re 就活キャンパス（運営：株式会社学情）	**https://www.gakujo.ne.jp/campus/**

※上記は、「公益社団法人全国求人情報協会 新卒等若年雇用部会」会員会社が運営する就職情報サイトを紹介しています。

「留学生」「就職支援」などのキーワードで検索して探すこともできます。（P30 参照）

■各企業の採用 Web サイトからエントリー

各企業によって、エントリーを受け付けるタイミングが異なるため、こまめにチェックする必要があります。

■企業からのダイレクトメールなどによるエントリー

卒業予定者を対象に、企業からダイレクトメールなどでエントリーの案内が届く場合があります。

会社説明会

企業を見きわめる目を養おう

選考過程に進む前に開催されるのが「会社説明会」や「セミナー」です。会社説明会などへ参加することで、採用担当者の声を直接耳にしたり、社員と交流したり、その会社の雰囲気を肌で感じることができます。

会社説明会の種類

会社説明会は以下の2つに分類できます。それぞれの特徴を理解して効果的に参加するようにしましょう。

会社説明会（単独型）

1つの企業だけで開催するものです。事業内容、部署ごとの仕事内容などを、細かく説明してもらえるのが特徴です。会社説明会に参加するには、事前の予約が必要になります。定員が設けられているため、早めの予約が必要です。

合同企業説明会

全国各所のホテルやイベントホールを使って、ひとつの会場にたくさんの企業が集まって開催される説明会です。企業を比較したり、いろいろな業界を横断的に見ることができます。

開催は、対面とオンラインどちらの場合もあります。オンラインでは、主に次の2つの形式があります。

ライブ配信型

決まった日時に行われる会社説明会を Web 上で配信します。リアルタイムで参加でき配信中にチャット機能などを使って企業側に質問をすることもできます。

オンデマンド型

事前に収録した動画を配信して行う会社説明会です。公式 Web サイトなどに公開された動画を視聴する場合や、申し込み者に対して動画の URL が送られ、それにアクセスして視聴する場合などがあります。自分の都合のいいタイミングで視聴することができます。

会社説明会の情報収集

企業から連絡・・・ エントリーした企業から、メールやその他の方法で、日程などの連絡があります。

企業の Web サイト・・・ 各企業の「採用情報」内の新卒採用のページに掲載されています。

就職情報サイト・・・ サイト内に「イベント」のページがあるので、地域・日時・イベント種別等で、検索することができます。

学内の掲示・・・ キャリアセンターの掲示板などにポスターが掲示されています。

就職情報誌・・・ キャリアセンターなどに設置されている就職関連の情報誌にイベントの広告やイベント情報のリストが掲載されています。

会社説明会の準備と心構え

■前日までにやっておくこと

●参加する企業について予習する。
・企業の Web サイト（経営理念・事業紹介・採用情報等）を熟読し理解しておく。
・ニュースサイトや新聞・雑誌等で、企業に関するニュースもチェックする。

【オンライン】

Wi-Fi など安定した通信環境を用意。また、足りないものがあって焦ったりしないように Web 用カメラやイヤフォンなどを準備しておくこと。

■当日、会場では

●人事担当者が見ていることを意識し行動する。
・受付はもちろん、廊下やトイレでも所作や言葉に気をつける。
・座席が自由の場合は、できるだけ前に座り、必ず質問して印象づける。
●積極的に質問して、今までの企業研究でわからなかった疑問を解消する。
● Web サイトや会社案内ではわからない会社の雰囲気や、社員の雰囲気を感じ取る。

【オンライン】

会社説明会の開始時間前にログインが完了するように余裕をもって参加をする。

■注意したい点

●遅刻をしない。 ⇨ 受付は開始 10 分前までに済ませる。
●携帯電話はマナーモードに。 ⇨ 迷惑にならないように。
●挨拶は人事担当者や役員だけでなく、受付やその他の場所でもしっかりする。
●質問の際は、まず自分の名前を名乗り、明るくはきはきと話す。回答されたら、一言お礼を述べる。
●気にしすぎる必要はないが、礼儀とマナーをわきまえる。

持ち物

●筆記用具 ●手帳・メモ帳
●会場までの地図
●説明会案内状 ●会社資料

念のため持っていくもの

●印鑑 ●履歴書
●エントリーシートのコピー

※単独型の会社説明会は、説明会の後に面接や適性検査、筆記試験などが行われるケースもあるので、十分な準備をして臨みましょう。

【オンライン】

カメラをオンにして参加する場合は、身だしなみをきちんと整えて臨む。

セミナー（オープンセミナー）

就活を始める学生向けに、企業や自治体が選考とは関係なく開催する講演会です。開催日時やセミナーの内容は、各企業サイトや就職情報サイトなどに公開されます。

就活支援型

就活スキルの向上をめざして、「自己分析」「企業研究」の方法などを実際に体験することで身につけることができます。年内などの早い時期に開催されます。

業界研究型

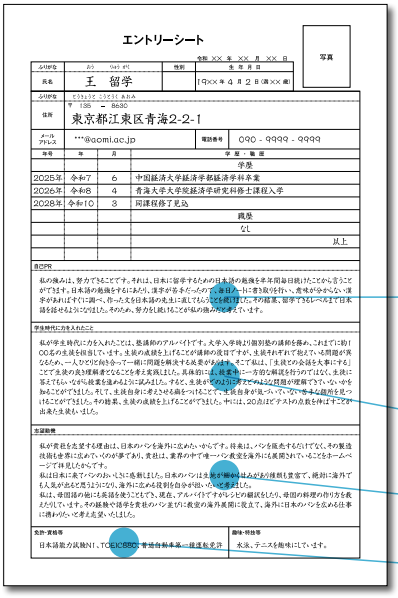
開催企業が属する業界について、理解を促す目的で開催されます。業界が果たしている役割や、製品・提供サービスについて紹介し業界全体への関心を高めます。

応募書類

自分の魅力を十分に伝えるために

「エントリーシート」や「履歴書」などは、企業が応募者の特性や情報を把握するための書類です。また、応募書類の提出により、企業への採用試験の正式な申し込みとなります。Web上で提出する場合も増えているため、応募する企業への提出方法を確認しましょう。エントリーシートの書式や内容は企業によって異なりますが、所属大学の情報や連絡先などの基本情報と作文を組み合わせたものが一般的です。

エントリーシートに記載する内容【例】



エントリーシート

写真

ふりがな	おう りゅうがく	性別	生年月日
氏名	王 留学		1Q××年 Q月 2日(満××歳)

ふりがな	ﾄｳｷｮｳﾄ ｺｳﾄｳｸ ｱｵﾐ
住所	〒 135 － 8630 東京都江東区青海2-2-1
メールアドレス	***@oml.oc.jp
電話番号	090 - 9999 - 9999

年号	年	月	学歴・職歴
			学歴
2025年	令和7	6	中国経済大学経済学部経済学科卒業
2026年	令和8	4	青海大学大学院経済学研究科修士課程入学
2028年	令和10	3	同課程修了見込
			職歴
			なし
			以上

自己PR

私の強みは、努力できることです。それは、日本に留学するための日本語の勉強を半年間毎日続けたことから言うことができます。日本語の勉強をするにあたり、漢字が苦手だったので、単語カードに書き取り行い、意味が分からない漢字があればすぐに調べ、作った文を日本語の先生に直してもらうなどの努力の結果、留学生ながらN1まで日本語を話せるようになりました。そのため、努力は人一倍だと自信を持っています。

学生時代に力を入れたこと

私が学生時代に力を入れたことは、塾講師のアルバイトです。大学入学時より個別塾の講師を務め、これまでに約100名の生徒を担当しています。生徒の成績を上げることが講師の責任ですが、生徒それぞれで抱えている問題が異なるため、一人ひとりに向き合って一緒に問題を解決する必要があります。そこで私は、「生徒との会話を大事にする」ことで生徒の良き理解者となることを常に実践しました。具体的には、授業の一方的な話を行うのではなく、生徒に質問をしながら授業を進めるようにしました。すると、生徒それぞれが抱えている問題が理解できていないかを知ることができました。そして、生徒自身に考えさせる癖をつけることで、生徒自身が見つけていない本当の問題を見つけることができました。その結果、生徒の成績を上げることができました。中には、20点ほどテストの点数を伸ばすことが出来た生徒もいました。

志望動機

私が貴社を志望する理由は、日本のパンを海外に広めたいからです。将来は、パンを販売する仕事でなく、その製造技術を常にあたらしいものが夢であり、貴社は、業界の中で唯一パン教室を海外にも展開されていることをホームページで見たからです。

私は日本に来てパンのおいしさに感動しました。日本のパンは生地が細かくふんわりの種類も豊富で、絶対に海外でも人気があると思うようになり、海外に広める役割を自分が担いたいと考えました。

私は、中国語の他には英語を使うことはでき、通常、アルバイトでネイティブの確認をしたり、母国の料理の作り方を教えたりしています。その経験や語学を貴社のパン並びに教室の海外展開に役立て、海外に日本のパンを広める仕事に携わりたいと考え志望いたしました。

免許・資格等	趣味・特技等
日本語能力試験N1、TOEIC680点 普通自動車第一種運転免許	水泳、テニスを趣味にしています。

■基本情報

基本情報は「履歴書」とほぼ同じ内容です。

■作文

エントリーシートの設問は企業によって異なります。また、200文字、400文字、800文字などの文字数が制限されている場合が多いです。制限文字数の90%～100%の文字量で書くことが求められます。

「自己PR」は、アピールするポイントを1つに絞り、内容を充実させることが効果的です。
アピールするポイントは、どのように仕事に生かすことができるのか伝えましょう。

「学生時代に力を入れたこと」は、学生時代に「力を入れたこと」に対して「どのように取り組み」、「何を得たか」ということを伝えましょう。

「志望動機」は、企業に入社したいという熱意と、どのように貢献できるかを示すことが大切です。

「免許・資格等」は正式名称を記入します。
母国で取得した資格も記入します。

エントリーシートの入手と提出方法

■企業のWebサイト

企業エントリーフォームへ入力する方法と、Webからダウンロードする方法がある。

■就職情報サイトを活用

Web上で作成したエントリーシートを就職情報サイト経由で企業に提出することができる。

■会社説明会で配付

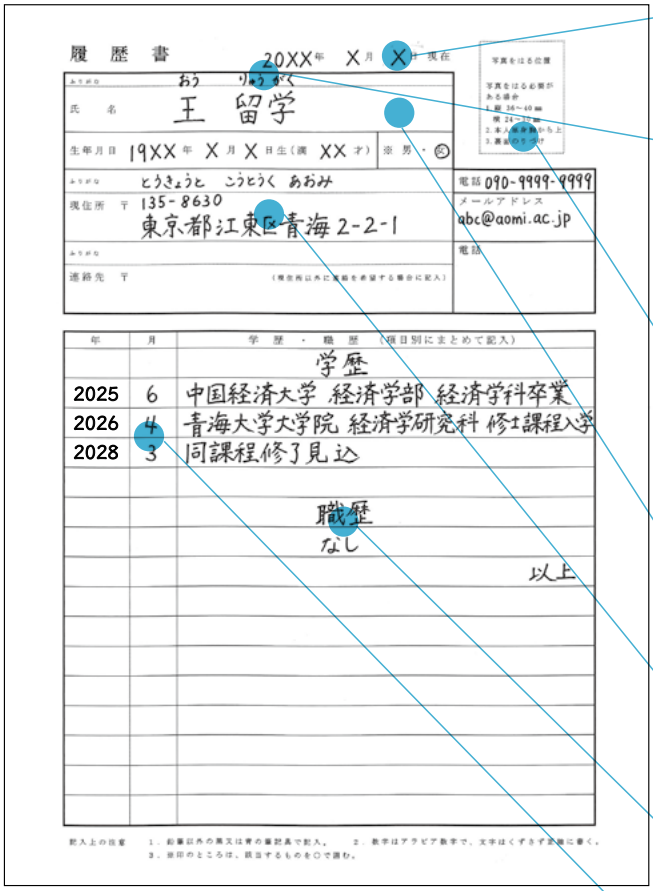
会社説明会に参加した際に配付される。

■会社案内資料に同封

エントリーして請求した資料に同封されて送られてくる。

履歴書の書き方

履歴書は、正式な応募書類の一つ。基本は手書きでしたが、Webでの提出も増えています。手書きの場合は、読みやすい文字で、丁寧に記入しましょう。また、文章は「ですます調」で記入するのが基本です。ですます調は丁寧さや柔らかさを表現でき、読みやすく親しみやすい印象を与えるため、特にビジネスシーンで好まれます。



提出日を記入します。
郵送する場合は、投函する日。

「ふりがな」なら「ひらがな」で、「フリガナ」なら「カタカナ」で書く。

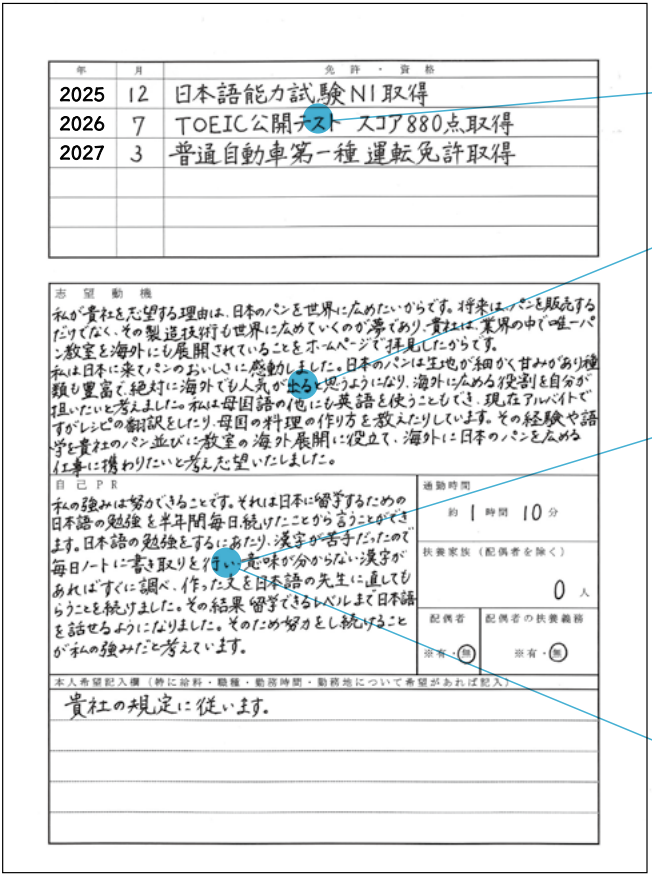
スーツ着用の写真を貼ります。
写真の裏面には、学校名、学部、名前を記入しておきます。
写真スタジオで撮影するのが望ましいです。

印鑑（認印）がある場合には、朱肉を使ってまっすぐに押印します。

住所は正確に記入します。
アパート・マンションの場合は、その名称と部屋番号まで記入します。

留学前の職歴がある場合には、学歴の下に記入します。

数字は、算用数字で記入します。



年	月	免許・資格
2025	12	日本語能力試験N1取得
2026	7	TOEIC公開テスト スコア880点取得
2027	3	普通自動車第一種運転免許取得

志望動機

私が貴社を志望する理由は、日本のパンを世界に広めたいからです。将来はパンを販売するだけでなく、その製造技術も世界に広めていくのが夢であり、貴社は、業界の中で唯一パン教室を海外にも展開されていることをホームページで拝見したからです。
私は日本に来てパンのおいしさに感動しました。日本のパンは生地が細かく甘みがあり種類も豊富で、絶対に海外でも人気が出ると思うようになり、海外に広める役割を自分が担いたいと考えました。私は母国語の他にも英語を使うこともでき、現在アルバイトですがレシピの翻訳をしたり、母国の料理の作り方を教えたりしています。その経験や語学を貴社のパン並びに教室の海外展開に役立て、海外に日本のパンを広める仕事に携わりたいと考え志望いたしました。

自己PR

私の強みは努力できることです。それは日本に留学するための日本語の勉強を半年間毎日続けたことから言うことができます。日本語の勉強をするにあたり、漢字が苦手だったので毎日ノートに書き取りを行い意味が分からない漢字があればすぐに調べ、作った文を日本語の先生に直してもらうことを続けました。その結果留学できるレベルまで日本語を話せるようになりました。そのため努力をし続けることが私の強みだと考えています。

通勤時間：約 1 時間 10 分

扶養家族（配偶者を除く）：0 人

配偶者：※有・無

配偶者の扶養義務：※有・無

本人希望記入欄（特に給料・職種・勤務時間・勤務地について希望があれば記入）

貴社の規定に従います。

免許・資格は、正式名称を記入します。
母国で取得した資格も記入します。

提出する会社への関心度や入社への熱意を示すことが大切です。

欄外にはみ出すことがないように、簡潔に記入します。ただし、短すぎてもいけません。バランスよくおさまるように、下書きしてみるといいでしょう。

性格や長所など、最もアピールしたい点を詳しく記入します。その理由や背景などがわかる表現にしましょう。
短所について触れる際は、具体的なエピソードを交えて、改善に向けた努力や学びを示し、前向きな印象を与えるよう心がけましょう。

! 手書きの際に、誤って記入した場合には、修正液を使うのではなく、はじめから書き直します。書き終わったら、記入漏れがないか再度確認し、提出前にコピーをとっておきましょう。

応募書類記入の際の注意点

❶手書きの場合は、必ず下書き用として複数枚コピーをとる

修正液の使用は不可です。下書きをしてから清書しましょう。

❷手書きの場合は、読みやすい字で丁寧に記入する

誤字脱字は問題外です。字は上手でなくても、丁寧に記入しましょう。

❸手書きの場合は、消せるペンは使用しない

正式な書類のため、シャープペンシルや鉛筆、消せるボールペンなどは使用せずに記入しましょう。

❹空欄は避ける

なるべく余白を残さないように、有効にスペースを活用しましょう。

❺記入後も必ずコピーをとる

セミナーや面接に行く前に、自分が何を書いたかをチェックするために必要です。

❻貼り付ける証明写真の裏には「学校名／学部／名前」を記入する

企業が取り扱う際にはがれてしまうことがあります。また、オンラインでの提出も増えているため、証明写真をデジタルデータとして持っていた方が安心です。

❼日本語のできる人にチェックしてもらう

日本語の文字や表現に間違いがないか、キャリアセンター等を活用し、確認してもらいましょう。特にパソコンで書類を作成する場合には、漢字などの変換ミスが起きやすいため見直しが必要です。

❽締切間際ではなく、早めに提出する

届いた順に選考を進める企業では、締切間際に届いた応募書類はじっくり読んでもらえなくなることもあります。また、Web の場合は締切前にアクセスが集中して送信しづらくなることもあり、締切に間に合わず、選考から漏れてしまうケースもあります。

❾提出書類は折り曲げない

郵送提出の際に書類を折り曲げて封筒に入れると、書類が痛むだけでなく、受取人に対して不誠実な印象与えます。折り目のない書類を送ることで丁寧さが伝わります。

オンラインでの提出について

応募書類については、紙での提出が主流でしたが、最近はオンラインでの提出が増えています。提出内容も企業によって様々です。

- エントリーフォームと履歴書
- 履歴書を兼ねたエントリーフォーム
- エントリーシートと履歴書　など



作文について

作文で一般的に質問される項目として、「志望動機」「自己ＰＲ」、エントリーシートでは「学生時代に力を入れたこと」が挙げられます。

①「志望動機」のポイント

「志望動機」は、「志望する企業に対する熱意」、「志望する企業であなたがどんな仕事をしたいのか」、「あなたがその企業にどのような貢献ができるのか」を伝えることが必要です。

POINT

- 「志望動機」を書くためには業界研究（P20）・企業研究（P24）が大切です。
- 志望する企業に“入社したいという熱意”を書きましょう。
- その仕事をあなたがするために必要なスキルを持っているのか、また、企業に対してどのような貢献ができるのか（貢献できる強みは何か）、について明確に書きましょう。

■文章の構成

1 なぜその企業に惹かれたのか（結論）

↓

2 具体的な理由（エピソードがあれば書く）

↓

3 あなたが企業にとって必要な理由（どのような貢献ができるか、貢献できる強みは何か）

②「自己ＰＲ」のポイント

「自己 PR」は、「あなたがどのような特徴を持った人物なのか」、「あなたの特性を仕事にどのように生かすことができるのか」を伝えることが重要です。

POINT

- 「自己 PR」を書くためには、自己分析が必要です。（⇒自己分析 P15）
- アピールするポイントは１つに絞り、内容を充実させることが効果的です。
- 自分の特性を証明するために具体的なエピソードで説明しましょう。
- アピールポイントをどのように仕事に生かせるか書くことが重要です。

■文章の構成

1 アピールポイントを１つ紹介（結論）

↓

2 具体的な内容をエピソードを交えて書く

↓

3 仕事にどのように生かすことができるか（どのような貢献ができるか）

③「学生時代に力を入れたこと」のポイント

「学生時代に力を入れたこと」は、学生時代に「力を入れたこと」に対して「どのように取り組み」、「何を得たか」ということを伝えることが重要です。

POINT

- 「学生時代に力を入れたこと」を書くためには、自己分析が必要です。(⇒自己分析 P15)
- 「学生時代に力を入れたこと」について、具体的なエピソードを書きましょう。
- 力を入れたことから、自分は何を得たのか、またどのように成長したのかを書きましょう。
- 力を入れたことから得られた成果で数字や数値で表現できるものは、明確に書きましょう。

■文章の構成

1 学生時代に力を入れたことを１つ書く（結論）

↓

2 どのように力を入れたのかを具体的なエピソードを交えて書く

↓

3 その結果、自分は何を得たのか、またどのように成長したのかを書く

④その他

最近のエントリーシートは、白紙に自由にイラストや写真をレイアウトする形式も増えてきています。採用者を即戦力として考える企業は、このような形式を採用しています。
また、「表現力」や「発想力」を確認する設問を用意する企業も増えています。
この傾向は、「即戦力として活躍できるか否かを判断するため」、「応募者に自分の力を発揮してほしい」という企業側の想いであると推測されます。みなさんは、この想いに応えるようなエントリーシートを提出できるように準備しましょう。

エントリーシート設問例

- あなたの性格を食べ物にたとえて400文字で教えてください。(食品)
- あなたは入社後にどのような仕事をして会社に貢献したいと考えていますか。(商社)
- 学生時代に一番頑張ったことを例に、あなたが弊社に必要な理由を教えてください。(機械)
- これまでの人生で失敗したことから学んだことを教えてください。(商社)
- 今まで訪れた中で一番素晴らしかった場所はどこですか。またその理由を教えてください。(旅行業)
- ３億円あったら、世界平和のために何がしたいですか。(情報・通信)

採用試験・内定から入社まで

筆記試験
筆記試験の種類の確認と事前の対策が必要 … 50

面接
自分の言葉で、自分を表現 …… 54

内定から入社まで
入社まで計画的な行動を …… 60

働きはじめる前に
日本企業における就労環境 …… 62

筆記試験

筆記試験の種類の確認と事前の対策が必要

さまざまなタイプの筆記試験が実施されています。筆記試験は学生が一定レベルの知力や学力に到達しているか、仕事で必要な思考力や判断力、作業の速さ、処理能力、正確さなどを有しているかを把握するために実施され、面接時の資料として、また応募者が多い場合の効率的な選考材料として使われています。

筆記試験は、基本的に日本語での出題となり、日本語の読解力が必要となります。大学のキャリアセンターや就職四季報などで志望する会社がどのような筆記試験を行うのかあらかじめ把握し準備しましょう。

筆記試験の種類

■適性検査

能力適性検査・・・・・・基礎学力や基礎知識、職業適性などを把握するために行われます。

性格適性検査・・・・・・基本的な性格・行動特性や職務適性などを把握するために行われます。

総合適性検査・・・・・・「能力適性検査」と「性格適性検査」を両方行う検査です。総合適性検査は、最も多くの企業で実施されています。

検査名称	実施会社	問題構成
SPI3	リクルートマネジメントソリューションズ	言語・非言語・性格検査
CAB	日本エス・エイチ・エル	暗算・法則性・命令表・暗号・OPQ
GAB	日本エス・エイチ・エル	言語・計数・OPQ
玉手箱Ⅲ	日本エス・エイチ・エル	計数・言語・英語・OPQ
SCOA	日本経営協会総合研究所	言語・数理・論理・英語・常識・パーソナリティ
TG-WEB	ヒューマネージ	言語・計数・英語・性格検査

OPQ（Occupational Personality Questionnaires）：仕事に関係するパーソナリティを測定する質問紙検査

■一般常識試験

国語、数学、社会、理科、英語、スポーツ、時事問題など幅広い範囲から出題されます。基礎学力や基礎知識があるかどうかを把握するために行われます。普段からニュースをチェックするなどの準備が必要です。

■作文・小論文

論理的思考、視点、創造力、情報収集力などを把握するために行われます。制限時間と文字数制限があるので、わかりやすく簡潔に書くことがコツです。普段から日本語の文章を書くなどの準備が必要です。

適性検査の実施内容

適性検査はペーパーテストとパソコンで行うWebテストの2つの形式があります。また、実施会場についても自宅や企業、テストセンターの3種類があります。
適性検査は、同じ種類のテストでも実施場所によって難易度が異なる場合があります。一般的には、企業で実施するペーパーテストが一番易しく、自宅で実施するWebテストが最も難しいと言われています。

実施形式	実施場所	実施方法	対応検査	実施時期
Webテスト	自宅	自宅のパソコンなどで自分の都合で適性検査を実施する。	SPI3、WebCAB、玉手箱Ⅲ、TG-WEB等	企業の広報活動が解禁となる3月1日以降
Webテスト	テストセンター（各適性検査専用の試験会場）	各適性検査が指定する専用の会場でパソコンで適性検査を実施する。	SPI3、C-GAB、SCOA、TG-WEB等	企業の広報活動が解禁となる3月1日以降
ペーパーテスト	企業	企業や企業が指定する場所で紙の試験用紙で適性検査を実施する。	SPI3、CAB、GAB、SCOA、TG-WEB等	企業の選考活動が解禁となる6月1日以降

適性検査の対策方法

❶志望企業が利用する適性検査を調べる

大企業や人気企業は、「就職四季報」や適性検査の対策本等の書籍で利用されている適性検査の種類の実績が確認できます。また、そのほかの企業については、所属する学校のキャリアセンターにある先輩の報告資料で確認することができます。

❷適性検査の問題の種類と解き方を理解する

検査の種類と出題される問題の種類の傾向を知り、最短で解いていくための方法を理解することが必要です。書店で販売している適性検査の対策本やインターネット上で無料で利用できる問題集等多くの問題を解いて慣れることが大事です。

❸適性検査の制限時間に慣れる

適性検査の難しさは、短い時間で多くの問題を解いていかなければならないことです。効率よく問題を解いていく必要があるので、練習の時から常に時間を意識して、本番と同じ時間設定を行い、制限時間に慣れることが大事です。

適性検査は基本的には日本語で行われるため、多くの留学生が苦労しています。中小企業などは適性検査を行わない企業もあります。適性検査がどうしても苦手な学生は、適性検査を実施しない企業を探すことも方法の一つです。

SPI3 とは

日本企業が最も多く利用している適性検査が SPI3 です。SPI3 は株式会社リクルートマネジメントソリューションズが開発した検査です。
SPI3 の問題自体はさほど難しくありませんが、「速さ」と「正確性」を求められるため、事前に問題の傾向を把握し、効率的な解き方の準備をしましょう。

■ SPI3 の種類

SPI3 は実施形式・実施場所によって 4 種類あります。

実施形式	実施方法	実施場所	問題構成
ペーパーテスティング	紙	受検する企業	言語（30 分）・非言語（40 分） 性格検査（40 分）
テストセンター	Web	専用の会場	言語・非言語（35 分）・性格検査（30 分）
Web テスティング	Web	自宅など	言語・非言語（35 分）・性格検査（30 分）
インハウス CBT	Web	受検する企業	言語・非言語（35 分）・性格検査（30 分）

※テストセンターは一度受検するとその結果を他の企業にも提出することができ、また、再受検が可能です（適性検査の結果は受検者が把握することができません）。

SPI3 の測定分野

検査種別	分野	測定分野と出題ジャンル
能力適性検査	言語能力	二語の関係、語句の用法、文の並び換え、空欄補充、熟語の成り立ち、文節の並び換え、長文読解　等
	非言語能力	推論、場合の数、確率、集合、損益算、速度算、表の読み取り 代金の精算、料金の割引、割合の計算、分割払い　等
性格適性検査	性格特徴	行動的側面、意欲的側面、情緒的側面、社会関係的側面から性格面の特徴を測定
	職務適応性	性格と基礎能力の得点から、職務に対する適応のしやすさを測定
	組織適応性	組織風土に対する適応のしやすさを測定

SPI3 の注意点

❶出題パターンを把握しておきましょう。
❷問題数が多いため時間配分に注意しましょう。
❸長文の問題は設問と回答を先に確認してから長文を読むようにしましょう。
❹わからない問題でも未回答にせず、すべての回答を埋めるようにしましょう。
❺足し算・引き算、掛け算・割り算でミスをしないようにしましょう。

出題例

●言語系

(1) 次の文の意味としてもっとも適切なことわざを選びなさい。
人に親切にしておけば、やがては自分によい報いがくるということ
① 前世の報い　② 果報は寝て待て　③ 情けがあだ　④ 情けは人のためならず　⑤ 因果応報

(2) 例文の下線部分ともっとも近い意味に使われているものを選びなさい。
(例) 無理がきかない
① 見通しがきく　② 薬がきく　③ 先生にきく　④ 気がきく　⑤ 音楽をきく

(3) 例に示した2語と同じ関係になっている語を選びなさい。
(例) 干渉：放任
延長：____　① 中断　② 中止　③ 短期　④ 縮小　⑤ 短縮

(4) 次の言葉の意味を表すもっとも適切なものを選びなさい。
目をかける
① 夢中になる　② ひどい様子　③ ひいきにする　④ よく見える　⑤ 見渡せる

【解答】(1)→④情けは人のためならず　(2)→①見通しがきく　(3)→⑤短縮　(4)→③ひいきにする

●非言語系

(1) Aさんは自宅から会社まで車で通勤している。行きは時速 50km、帰りは時速 60km で走ると、所要時間は帰りの方が行きよりも 15 分短い。自宅から会社まで何 km あるか。
① 55km　② 60km　③ 65km　④ 70km　⑤ 75km

(2) 3％の食塩水が200g、4％の食塩水が300gある。この2つの食塩水を混ぜると濃度は何％になるか。
① 2.6%　② 3.6%　③ 4.6%　④ 5.6%　⑤ 6.6%

(3) ある動物園の入場料金は、おとな 800 円、子供 500 円であった。ある 1 日の入場料金の合計は 79,700 円で入場者数は 130 人だった。この日の子供の入場者数は次の内どれか。
① 80 人　② 81 人　③ 82 人　④ 83 人　⑤ 84 人

(4) 次のことが成り立つとき、確実に言えるのはどれか。
ア「春が好きなら、テニスが好き」イ「冬が好きなら、スキーが好き」ウ「勉強が好きなら、春が好き」
① 春が好きなら、勉強が好き　② 冬が好きなら、勉強が好き　③ スキーが好きではないなら、春が好きではない　④ 勉強が好きなら、テニスが好き　⑤ 春が好きではないなら、テニスが好きではない

【解答】(1)→⑤ 75km　(2)→② 3.6%　(3)→② 81 人　(4)→④勉強が好きなら、テニスが好き

●一般常識

(1) 初期微動を起こす地震波はＰ波というが、主要動を起こす地震波は何というか、選択肢の中から選びなさい。
① S 波　② L 波　③ N 波　④ EW 波　⑤ V 波

(2) 音の3要素とは何か、選択肢の中から選びなさい。
① リズム・メロディ・ハーモニー　② 美しさ・楽しさ・大きさ　③ 強さ・長さ・メロディ
④ 強さ・高さ・音色　⑤ 長さ・大きさ・音色

(3) わが国の都道府県で、最も面積の大きいのは北海道であるが、
それに次ぎ、「県」としては最大の面積をもつのは何県か、選択肢の中から選びなさい。
① 秋田県　② 岩手県　③ 青森県　④ 長野県　⑤ 岐阜県

(4) 東京証券取引所は 2022 年 4 月 4 日､3 つの市場区分に再編されました。3 つのうち 2 つは「スタンダード」「グロース」ですが、もうひとつの市場は何か、選択肢の中から選びなさい。
① プレミア　② マザーズ　③ プライオリティ　④ JASDAQ　⑤ プライム

【解答】(1)→①S 波　(2)→④強さ・高さ・音色　(3)→②岩手県　(4)→⑤プライム

面接

自分の言葉で、自分を表現

選考過程でもっとも重要なのが「面接」です。今まで行ってきた「自己分析」「業界研究」「企業研究」をもとに、志望動機や自分の強みや考え方などを、自分の言葉で面接官に伝えられるように準備しましょう。

面接の種類

日本の面接試験は、2回以上実施されるのが一般的です。複数回実施する理由は、応募者の性格や思考などをさまざまな立場の人に見てもらい、その企業にとって良い人材かどうかを見極めるためです。また、面接をオンラインで行う企業もあります。いろいろな面接の種類がありますが、ここでは、一般的に実施される「グループディスカッション」、「グループ面接」、「個人面接」について詳しく説明します。

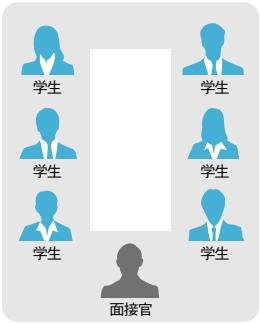
①グループディスカッション

「グループディスカッション」は、4～6人の集団を1グループとして、企業から与えられたテーマについてグループ内で討議します。
その様子を面接官が客観的に見て評価します。集団において、個人がどのようなパフォーマンスを見せるかを確認する目的で行われます。

■形式
応募者 … 1グループ4人～6人のグループが複数
面接官 … 数人
時　期 … 1次面接
※企業により異なります

■進行方法

1 自己紹介
↓
2 役割分担
↓ 主な役割は、進行、書記、タイムキーパー、発表者
3 討議
↓
4 発表



■注意点
・討議中の言葉づかいに注意しましょう。（P34 を参照）
・意見を何度も変えたり、意地になって意見を押し通すのもダメです。
・時間配分に注意しましょう。
・役割分担、討議での消極的な態度や強引な態度はマイナス評価になるので注意しましょう。
・ディベートではありません。グループ内で協力して結論を導きましょう。

②グループ面接

「グループ面接」は、応募者数が多い企業が、個人面接が可能な人数まで応募者を絞り込むために実施されます。
グループ面接には「1人あたりの回答時間が短い」、「他の志望者と比較される」など、個人面接にはない特徴があります。

■進行方法

事前に提出した、エントリーシートや履歴書をもとに、面接官が応募者に質問をし、応募者が順番に質問に回答します。

■注意点

・第一印象が大事です。
・印象に残る声の大きさ・話し方で受け答えしましょう。
・1人の持ち時間が短いので簡潔に答えられるように準備しましょう。
・自己PRは1分程度で話せるように準備しましょう。
・他の応募者の話を聞く態度にも注意を払いましょう。

■形式

応募者 … 数人（2人～6人）
面接官 … 数人
時　期 … 1次面接、2次面接
※企業により異なります



③個人面接

「個人面接」は、グループ面接と違い1人にじっくり時間をかけて特性を把握する目的で実施します。
面接官は、質問への回答はもちろん、あなたの態度や姿勢、表情、話し方までチェックしています。

■進行方法

エントリーシートや履歴書をもとに、面接官が応募者に質問をし、回答します。
最初は履歴書やエントリーシートの内容について聞かれ、その後、その内容について詳しく把握するための質問を受けます。

■注意点

・エントリーシート・履歴書に書いた内容を覚えていきましょう。
・過去の面接で話した内容を整理しましょう。
・企業で貢献できる自己アピールをしましょう。
・入社意思を問う質問があります。
・身だしなみも気を抜かないようにしましょう。

■形式

応募者 … 1人
面接官 … 数人
時　期 … 1次面接、2次面接
　　最終面接
※企業により異なります



面接の流れ（対面）

1 会場に到着

遅刻は絶対にしてはいけません。心を落ち着かせて面接に臨むためにも集合時間の 15 分前には会場に到着しましょう。また会社の玄関前で、携帯電話の電源は必ず OFF にしましょう。（冬の場合）コートを脱いでから建物に入りましょう。

↓

2 受付

面接は、受付から始まっていると思いましょう。「学校名」、「名前」、「面接を受けにきたこと」を受付ではっきりと伝えましょう。案内していただいた方には、忘れずにお礼を言い、社員とすれ違う場合は軽く会釈をしましょう。

↓

3 控え室

面接の順番が来るまで静かに待ちましょう。荷物はテーブルの上には置かずに自分の足元に置きましょう。長く待たされても他の学生と話したり、控室を頻繁に出入りするのはやめましょう。

↓

4 入室

ドアを 2 ～ 3 回ノックし、「どうぞ」と言われたら「失礼します」と言ってから入室し、ドアは静かに開閉しましょう。入室したら面接官に向かって一礼（敬礼）し、用意された席の横に進み、元気よく学校・学部・名前を名乗り、一礼（敬礼）しましょう。面接官から「どうぞおかけください」と言われたら「失礼します」と言ってから座りましょう。

↓

5 面接中

カバンは足元に置き、背もたれには寄りかからずに姿勢よく座りましょう。丁寧な言葉づかいで、面接官の目を見ながら、簡潔でわかりやすく答えましょう。グループ面接の場合、他の人が質問されている時でも話を聞くようにしましょう。

↓

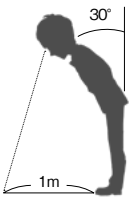
6 退出

面接が終わったら、立ち上がって「本日はありがとうございました」とお礼を言いましょう。ドアのところまで進んだら「失礼します」と一礼（敬礼）し、ドアを静かに閉めて退出しましょう。（冬の場合）会社の玄関を出たあとにコートを着ましょう。また、携帯電話の電源は建物の外に出てから ON にしましょう。

お辞儀の仕方、姿勢

■敬礼

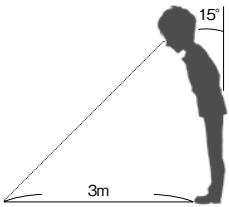
お辞儀の基本形であり、
依頼する時、お礼する時
角度 … 30 度
目線 … 1m 先の地面



■会釈

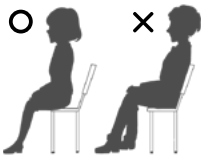
企業の方とすれ違った時

角度 … 15 度
目線 … 3m 先の地面



■着席の姿勢

姿勢がよく見える座り方
・背筋を伸ばして座る
・椅子の背にもたれない
・あまり深く座らない



座る際の足と手の位置
・女性は足を閉じて、
　手は膝上にそろえましょう
・男性は足を軽く開いて
　座り、手は軽く握り、
　ものの上に置きましょう



・面接中は、手や足を動かさないようにしましょう

面接の流れ（オンライン）

入室

万が一の接続トラブル等にも対応できるように、面接開始 5 分前にはログインし、入室の準備をしましょう。

面接中

・カメラの位置は、自分の目線と同じ位置に設置し、自分が話すときはカメラを見て話しましょう。
・普段より大きめの声で話すことを心がけましょう。
・自分の反応や表情が相手に伝わりやすいように、身振り手振りやうなずくなどの動作は大きめにすると良いでしょう。

【トラブルが起こったときの対処法】

オンライン面接中に回線が切れたり、画像や音声が乱れるなどのトラブルが起こった場合は、慌てず企業にチャット機能や電話で連絡をしましょう。

退室

面接が終了したら、「ありがとうございました」とお礼を言い、お辞儀をします。面接官がオンラインの接続を切ったら、自分も切るようにしましょう。

トラブルの例と対処法

パソコンが故障してしまった

スマートフォンやタブレットから参加することも可能です。事前に予備の端末でも視聴・通話できるように準備しておきましょう。

指定された URL にアクセスできない

URL やパスコードが間違っていないか、よく確認して改めて入力し直してみましょう。
アプリを使用する場合は、事前に最新バージョンへアップデートしておくことが必要です。

動画面接

動画面接は、1 次面接で活用されることが多いです。「自己 PR」「学生時代に力を入れたこと」「志望動機」など、企業からの質問に対して、1 ～ 2 分程度で話している様子を撮影し、提出する形式です。自分が納得いくまで撮り直しができる場合もあります。動画面接でも、企業へ出向く面接と同様に、服装や身だしなみを整えて臨みましょう。伝えたい内容を明確に話せているか、時間内に的確にアピールできているかなど、コミュニケーション能力や時間管理能力も評価されています。

質問に対する答え方

面接官は、面接時にあなたが事前に提出したエントリーシートや履歴書を見ながら質問します。書いた内容と違う回答をしないように、必ず面接前に提出したエントリーシートや履歴書の内容を確認するようにしましょう。
また、面接が進むとエントリーシートや履歴書に記載した内容について、より詳しい説明を求められることがあります。面接で質問されることが想定される項目については、事前に回答の準備をしておきましょう。
面接時に質問に対してスムーズに回答するためには、自己分析、業界・企業研究を事前にしっかりと行っておくことが大切です。また、短時間で自己 PR を行うためには、相手にわかりやすく説明することが求められます。



人事・採用担当者 A

面接で想定される質問

- 弊社の商品を利用したことがありますか、また、どのような印象を持っていますか。
- 配属先が希望する部署ではなかった場合どうしますか。
- 会社や仕事に期待することは何ですか。
- 日本に留学した理由（日本の企業に就職したい理由）を教えてください。
- 日本でどれぐらいの期間、就労したいと考えていますか。
- 現在選考が進んでいる会社はありますか。

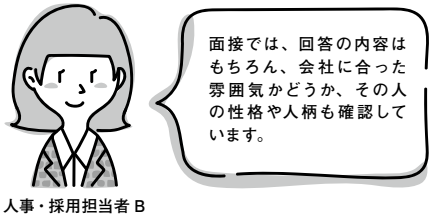
【面接に向けた練習方法】

■一人で練習する方法

自分が話している内容を動画にとって、視線や話し方、話している内容を確認して修正しましょう。

■他の人に協力してもらう練習方法

友達や学校のキャリアカウンセラーの先生に模擬面接の試験官役をお願いし、練習することも大切です。本番同様の緊張感を味わえますし、良かった点や直した方がいい点のアドバイスをもらうことができます。



人事・採用担当者 B　　人事・採用担当者 C

COLUMN ❺

就職活動後半におけるポイント

就職活動も後半に差しかかると、内定が出る・出ないで一喜一憂することが多くなってきます。ここでは複数の内定が出たときにどうすべきか、内定がまだ出ていない場合はどうすべきかを整理しました。

2社以上の企業から内定が出た場合

2社以上の企業から内定が出た場合、入社する企業以外の内定を辞退しなくてはいけません。内定を辞退する際には以下の点に気をつけましょう。

❶内定辞退の連絡はメールではなく、電話で伝える

何度も選考をしたにも関わらず、メールのみで簡単に辞退を伝えてしまうと、相手に誠意が伝わりません。できるだけ電話で相手に辞退の旨をお伝えしましょう。

❷どの企業に入社するのかを伝えなくても問題ない

辞退の連絡をする際に、企業の担当者から「どこの企業に入社するのか」と聞かれることがあります。その際に入社する企業名を伝える義務はありません。

❸内定辞退を伝える際に、長時間拘束される等困ったことが発生した場合

内定辞退を電話で伝えると、来社して説明するよう求められることがあります。
その際に、企業で長時間拘束されて入社承諾書にサインをするよう迫られたり、内定辞退を思いとどまるよう説得されることがあります。このような事態が発生した場合には、早急に学校のキャリアセンターや就職課に相談しましょう。たとえ「入社承諾書」や「誓約書」にサインをしても、法律による拘束力はありません。自分の意思に反することを強要されたら、焦らずに対処するようにしましょう。

企業は時間と労力をかけてみなさんに内定を出します。その分、内定を出した学生への「入社してほしいという思い」は強い傾向にあります。企業に納得してもらうためにも、誠意ある対応を心がけましょう。

内定が出ない場合 －内定解禁以降の就職活動－

内定解禁以降も企業の採用枠が充足していなければ年度終了の3月まで採用活動を続けることもあり、10月以降も選考に進むチャンスがあります。特に中小企業では、大手企業の採用時期と重なることを避けて採用活動を行うことが多く、選考のピーク以降に選考開始する企業もあります。10月までに内定が得られなかった場合は、秋採用、通年採用の企業の採用情報を調べるなどして、興味がある企業には早めにエントリーするようにしましょう。また、人材紹介会社や派遣会社への登録も検討してみましょう。
4月1日に入社するには、在留資格変更手続きを1月末までに行う必要があります。その時期までに申請ができるように、内定獲得に向けて活動していきましょう。

内定から入社まで

入社まで計画的な行動を

入社したい企業の内定を得るまで、安易に妥協することなく就職活動を続けましょう。
「内定から入社までの流れ」を把握し、計画的に行動しましょう。

内定から入社までの流れ

1 内定通知

最終選考を終えて、企業から採用の意思を伝えるのが内定通知です。第一報は電話で伝えられることも多いようですが、その後、「内定通知書」が送付されます。すでに他社から内定通知を得ている場合やその企業に入社する意思がない時には、早めに誠意をもって辞退を申し入れましょう。

↓

2 誓約書や承諾書の提出

「内定通知」を受けて、入社する意思を確認する書類の提出が求められます。それが「誓約書」や「承諾書」です。それらの書類を提出するまでには、内々定の状態にあり、正式な内定ではありません。親睦会などを開催する企業では、その場で署名・捺印が求められ、内定になる場合もあります。郵送する場合には、期限が過ぎて「内定取り消し」になることのないように注意しましょう。
※この「誓約書」や「承諾書」には、法的な拘束力がないため、提出後も、就職活動を続けることはできます。しかし、むやみに辞退を繰り返すことのないよう、あらかじめ志望する各社の採用スケジュールを確認しておきましょう。

↓

3 入社の意思決定

入社したい企業を最終的には1社に絞り込みます。複数の内定がある場合には、大学のキャリアセンターや先生、家族などに相談し、早めに入社する企業を決定します。辞退を保留していると、他の学生の採用枠に影響を与えるばかりでなく、後輩たちの採用を不利にしかねません。

↓

4 在留資格の変更

日本企業に就職するためには、在留資格を「留学」から就労可能な資格へ変更する手続きが必要になります。入社に間に合うように、早めに申請の準備を始めましょう。※詳しくは次章を参照してください。

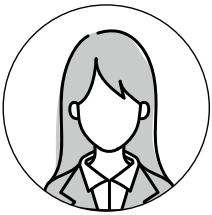
↓

5 入社

企業によっては、入社日までに、懇親会や内定式、入社前研修などを設定している場合があります。スケジュールを確認しておきましょう。

先輩
留学生の声

就職活動を経験した留学生から、苦労したことや「こうしておけばよかった」ということを教えてもらいました。



企業分析を十分に行えなかったことを後悔しています。数をこなすということより、企業分析・留学生採用事情を押さえておくことで効率よく活動できると感じました。

（モンゴル / 女性）

日本人の学生と比べたら、内定をいただいた時期は遅いほうだと思います。3 年生のうちに自己分析や業界研究をし、ある程度業界を絞ってからインターンシップや説明会に参加すれば遅くならなかったと思います。

（ベトナム / 男性）





早い段階から SPI の対策をしておけばよかったと思います。選考を受けていた全ての会社で SPI を実施していたため、早い時期から対策をしっかりしておくことが大事だと思いました。

（韓国 / 女性）

履歴書の準備が大変でした。早めに準備して、提出する前に先生や日本人の友達に一度見てもらったほうがいいと思います。また、面接の前に日本語の発音や、面接のマナーも練習したほうがいいと思います。

（中国 / 女性）



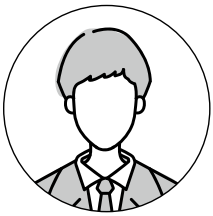


オンライン面接の準備を早めにしておけばよかったです。イヤフォンを用意していなかったため、面接官の話がうまく聞き取れないことがありました。また画面を見ればいいのかカメラを見ればいいのか迷ったこともありました。

（台湾 / 女性）

面接の質問はほぼ同じだったので、事前に、何を答えればいいかを準備した方が良かったと思います。日本語は母国語ではないので、たまに答えがすぐに出てこない時がありました。

（ロシア / 男性）



働きはじめる前に

日本企業における就労環境

外国人のみなさんが日本国内で就労する場合、日本人労働者と同様の労働条件が確保されるように、日本人労働者と同様の労働関係法令が適用されます。同時に、労働保険や社会保険などの保険制度への加入や納税も義務づけられています。

労働条件

日本国内で働く外国人労働者は、賃金、労働時間、退職、解雇等に関する労働条件について、原則として日本人労働者と同様の水準であることが保障されています。

❶均等待遇

雇用者（企業等）は、労働者の国籍を理由として、労働条件について差別的な取扱いをしてはならないと定められています。

❷労働条件の明示

雇用者は、労働契約の際には、契約期間や就業場所、労働時間等の条件を書面で明示するよう定められています。

❸賃金関係

雇用者は、賃金を、通貨で、直接労働者に、その全額を毎月１回以上、一定の日を決めて支払うこととされています。
また、国籍や性別の区別なく、最低賃金未満で雇用することはできません。
なお、賃金から税金、社会保険料などをあらかじめ差し引いてから支給するのが一般的です。

❹労働時間・休日・休暇

労働時間は、１日８時間まで、１週 40 時間までと規定されています（ただし、業種や事業所の規模などによっては特例もあります）。
また、一定の要件のもと、変形労働時間（1 週間・1 か月・1 年単位での労働時間設定やフレックスタイム制など）をとっている企業等もあります。

❺安全衛生

雇用者は、労働者の安全と衛生を確保するために、労働災害の防止に努め、職場環境や労働条件の改善を行い、また、労働者に対する安全衛生教育や健康診断を実施しなければなりません。

社会保障制度

外国人のみなさんが、日本国内で就労される場合には、労働保険や社会保険などの公的保険制度に、原則として必ず加入しなければなりません。

❶労働者災害補償保険

業務上の事由及び通勤による負傷、疾病、障害、死亡等に対して、保険給付が行われます。
保険料は雇用者が全額を負担します。

❷雇用保険

労働者が失業した場合等に必要な給付を行い、労働者の生活安定を図り、再就職を容易にすることなどを目的とするものです。

❸健康保険

労働者とその家族の生活の安定を図るため、被保険者が業務外の病気・けがをしたときの医療費やお産・死亡したときの一時金の給付などを行います。保険料は、雇用者と被保険者が折半負担します。

❹厚生年金保険

労働者の老齢、障害または死亡について保険給付を行います。保険料は雇用者と被保険者が折半負担します。

また、厚生年金保険の加入期間が６か月以上の外国人労働者が帰国した場合、帰国後２年以内に請求を行うことにより、加入期間に応じた「脱退一時金」を受けることができます。

課税制度

国が課す「所得税」と都道府県や市区町村が課す「住民税」があります。これらは、雇用者が労働者に対して支払う給料等からあらかじめ差し引く（源泉徴収）ことになっています。また、外国人労働者が帰国する場合、その年分の税金を清算（未納額の納付など）する手続きが必要となります。

❶所得税

国籍を問わず、１月から12月までの１年間の所得額に応じた税率で課せられます。所得税は一年間の総所得をあらかじめ見込んだ上で毎月の給料等から差し引きます。年末には適正な課税額との調整（年末調整）を行います。

❷住民税

国籍を問わず、毎年１月１日現在に住民登録をしている市区町村から課せられます。前年度の所得額や扶養家族数等によって税金の額は変わります。

福利厚生

企業が、給与などとは別に、従業員やその家族のために提供するさまざまな制度、施策、サービスなどを福利厚生といいます。法律で義務づけられた社会保険や労働保険も、福利厚生の一環ですが、この他に、企業が従業員の勤労意欲向上のために、独自に定めているものがあります。

❶住宅関連／家賃補助、独身寮、社宅、財形住宅貯蓄など

❷健康･余暇関連／病院、診療所、運動場、保養所などの施設運営、健康相談、カウンセリング、文化・体育活動への援助など

❸その他／慶弔見舞金、制服・作業服の支給など

また最近では、さまざまな福利厚生サービスを点数化し、所定の点数内で自分に必要なサービスを選択できる「カフェテリアプラン」を導入する企業も増えています。

在留資格の変更

在留資格変更許可申請
「留学」から就労可能な在留資格へ …… 65

技術・人文知識・国際業務 …… 66

特定活動（告示第 46 号：本邦大学等卒業者） …… 67

特定技能 …… 68

卒業後の就活（特定活動：継続就職活動 / 就職内定者） …… 70

審査のポイント …… 71

必要書類の準備 …… 72

在留資格変更許可申請

「留学」から就労可能な在留資格へ

外国人留学生のみなさんが日本において就職する場合、現在の在留資格である「留学」を、就労可能な在留資格に変更する必要があります。

留学生の就労に係る主なフロー（高等教育機関［大学等］卒業者）

① 教育機関卒業時点で、日本企業への就職が決定している場合

大学 / 専門学校 → 在留資格変更許可申請 →
- 技術・人文知識・国際業務
- 特定活動（46号）
  （注）短期大学・専門学校は一定の要件を満たす必要がある。
- 特定技能

② 教育機関卒業時点で、日本企業への就職が決まっていない、又は、採用までに時間がある場合

卒業後の就活をチェック

大学 / 専門学校 → 在留資格変更許可申請 →
- 特定活動（継続就職活動）
- 特定活動（就職内定者）

留学生の就労に係る主なフロー（日本語教育機関卒業者）

① 教育機関卒業時点で、日本企業への就職が決定している場合

日本語教育機関 → 在留資格変更許可申請 →
- 技術・人文知識・国際業務
  （注）海外の高等教育機関卒業者に限る
- 特定技能

② 教育機関卒業時点で、日本企業への就職が決まっていない、又は、採用までに時間がある場合

卒業後の就活をチェック

日本語教育機関 → 在留資格変更許可申請 →
- 特定活動（継続就職活動）
  （注）海外の高等教育機関卒業者が一定の要件を満たす日本語教育機関を卒業した場合に限る
- 特定活動（就職内定者）

技術・人文知識・国際業務

留学生が就職する際に変更する主な在留資格

技術・人文知識・国際業務

活動内容	日本の公私の機関との契約に基づいて行う理学、工学その他の自然科学の分野若しくは法律学、経済学、社会学その他の人文科学の分野に属する技術若しくは知識を要する業務又は外国の文化に基盤を有する思考若しくは感受性を必要とする業務に従事する活動
主な職種	経理、人事、法務、企画、商品開発、デザイン、マーケティング、広報、宣伝、通訳、翻訳、語学指導、技術開発、エンジニア、プログラマー、建築設計等
条件・基準	❶従事しようとする業務に必要な知識に関わる科目を専攻して大学を卒業し、又はこれと同等以上の教育を受けたこと。又は、日本の専修学校の専門課程又は専攻科を修了（当該修了に関し法務大臣が告示をもって定める要件に該当する場合に限る。）又は、従事しようとする業務について10年以上（大学、高等専門学校、高等学校、中等教育学校の後期課程又は専修学校の専門課程又は専攻科において当該技術又は知識に関連する科目を専攻した期間を含む。）の実務経験を有すること。 情報処理に関する技術又は知識を要する業務に従事しようとする場合で、法務大臣が告示をもって定める情報処理技術に関する試験に合格し又は法務大臣が告示をもって定める情報処理技術に関する資格を有しているときは、この限りでない。 ❷外国の文化に基盤を有する思考又は感受性を必要とする業務に従事しようとする場合は、従事する業務が翻訳、通訳、語学の指導、広報、宣伝又は海外取引業務、服飾若しくは室内装飾に係るデザイン、商品開発その他これらに類似する業務であり、かつ、当該業務に関連する業務について3年以上の実務経験を有すること。ただし大学を卒業した者が翻訳、通訳又は語学の指導に係る業務に従事する場合は、実務経験は不要。 ❸日本人が従事する場合に受ける報酬と同等額以上の報酬を受けること。
在留期間	5年、3年、1年、3月（更新可能）

大学や専修学校で専攻した科目が、従事しようとする業務に必要な知識や技術に関連しているかどうかが問われる（ただし、大学、高等専門学校又は「専修学校の専門課程における外国人留学生キャリア形成促進プログラムの認定に関する規定（令和５年文部科学省告示第５３号）」第２条に定める文部科学大臣による認定を受けた専修学校の専門課程の学科を修了した者については関連性が緩やかに判断される）。

※大学を卒業すると、母国語の翻訳、通訳、語学指導は、大学の専攻に関係なく従事することができる。

※コンピュータ技術関連は、法務大臣告示で定められた情報処理技術の試験に合格又は資格を持っていれば大学や専修学校の専攻や卒業の有無に関係なく従事することができる。

特定活動（告示第46号：本邦大学等卒業者）

留学生の就職支援のための法務省告示の改正とは

本制度は、日本の大学等卒業者が日本の公私の機関において、日本の大学等において修得した広い知識、応用的能力等のほか、留学生としての経験を通じて得た高い日本語能力を活用することを要件として、幅広い業務に従事する活動を認めるものです。「技術・人文知識・国際業務」の在留資格においては、一般的なサービス業務や製造業務等が主たる活動となるものは認められませんが、本制度においては、下記諸要件が満たされれば、これらの活動も可能です。
ただし、法律上資格を有する方が行うこととされている業務（いわゆる業務独占資格が必要なもの）及び風俗関係業務に従事することは認められません。

特定活動の主な要件

特定活動（告示第46号：本邦大学等卒業者）

活動内容	法務大臣が指定する日本の公私の機関との契約に基づいて、当該機関の常勤の職員として行う当該機関の業務に従事する活動（日本語を用いた円滑な意思疎通を要する業務に従事する者を含み、風俗営業活動及び法律上資格を有する者が行うこととされている業務に従事するものを除く。）
条件・基準等	日本の大学を卒業又は大学院の課程を修了し、学位を授与された方、日本の短期大学（専門職大学の前期課程を含む。）若しくは高等専門学校を卒業（専門職大学の前期課程にあっては修了）し、独立行政法人大学改革支援・学位授与機構が行う審査に合格して、学士の学位を授与された方又は本邦の専修学校の専門課程の学科（専修学校の専門課程における外国人留学生キャリア形成促進プログラムの認定に関する規定（令和５年文部科学省告示第５３号）第２条に定める文部科学大臣による認定を受けた専修学校の専門課程の学科に限る。）を修了し、高度専門士の称号を得た方で、高い日本語能力を有する方が対象となります。 ❶学歴について 日本の大学を卒業又は大学院の課程を修了し、学位を授与された方、日本の短期大学（専門職大学の前期課程を含む。）若しくは高等専門学校を卒業（専門職大学の前期課程にあっては修了）し、独立行政法人大学改革支援・学位授与機構が行う審査に合格して、学士の学位を授与された方又は本邦の専修学校の専門課程の学科（専修学校の専門課程における外国人留学生キャリア形成促進プログラムの認定に関する規定（令和５年文部科学省告示第５３号）第２条に定める文部科学大臣による認定を受けた専修学校の専門課程の学科に限る。）を修了し、高度専門士の称号を得た方 ❷日本語能力について ア）日本語能力試験N１又はBJTビジネス日本語能力テストで480点以上を有する方が対象です。 イ）その他、大学又は大学院において「日本語」を専攻して大学を卒業した方については、アを満たすものとして取り扱います。 なお、外国の大学・大学院において日本語を専攻した方についても、アを満たすものとして取り扱いますが、この場合であっても、併せて日本の大学等を卒業・修了している必要があります。 ❸賃金について 日本人が従事する場合に受ける報酬と同等額以上の報酬を受けること。なお、一定の報酬額を基準として一律に判断するものではなく、地域や個々の企業の賃金体系を基礎に、同種の業務に従事する日本人と同等額以上であるか、また、他の企業の同種の業務に従事する者の賃金を参考にして日本人と同等額以上であるかについて判断します。
在留期間	5年、3年、1年、6月、3月（更新可能）

＜注意事項＞
※フルタイムの常勤職員としての稼働に限られ、短時間のパートタイムやアルバイトは対象になりません。
※契約機関の業務に従事する活動のみが認められ、派遣社員として派遣先において就労活動を行うことはできません。

特定技能

深刻化する人手不足への対応として、生産性の向上や国内人材の確保のための取組を行ってもなお人材を確保することが困難な状況にある産業上の分野に限り、一定の専門性・技能を有し即戦力となる外国人を受け入れる制度です。

特定技能とは

特定技能1号：特定産業分野に属する相当程度の知識又は経験を必要とする技能を要する業務に従事する外国人向けの在留資格
特定技能2号：特定産業分野に属する熟練した技能を要する業務に従事する外国人向けの在留資格

■特定産業分野

介護、**ビルクリーニング**、リネンサプライ、**工業製品製造業**、**建設**、**造船・舶用工業**、**自動車整備**、**航空**、**宿泊**、自動車運送業、鉄道、物流倉庫、**農業**、**漁業**、**飲食料品製造業**、**外食業**、林業、木材産業、資源循環（19分野）
（**太字**は特定技能1号・2号でも受入れ可。黒字は特定技能1号のみで受入れ可。青字は令和8年1月23日閣議決定により新たに追加された分野で特定技能1号のみで受入れ可。産業上の分野等を定める省令等の公布・施行後に運用開始を予定。）
なお、介護分野については、特定技能2号の対象ではありませんが、専門的・技術的分野の在留資格「介護」があります。

特定技能のポイント

特定技能1号のポイント

在留期間	3年を超えない範囲内で法務大臣が個々の外国人について指定する期間ごとの更新 ※通算（妊娠、出産、育児その他のやむを得ない事情により業務に従事することができなかった期間を除く）で上限5年（相当の理由があると認められる場合は6年）まで
技能水準	試験等で確認（技能実習2号を修了した外国人は試験等免除）
日本語能力水準	試験（A2.2相当以上）で確認（技能実習2号修了者は免除） ※介護、自動車運送業（タクシー・バス）及び鉄道（運輸係員）分野は別途要件あり
家族の帯同	基本的に認めない
支援	受入れ機関又は登録支援機関による支援の対象
受入れ見込数(上限)	分野ごとに設定あり（全分野で80万5700人（2029年3月末まで））

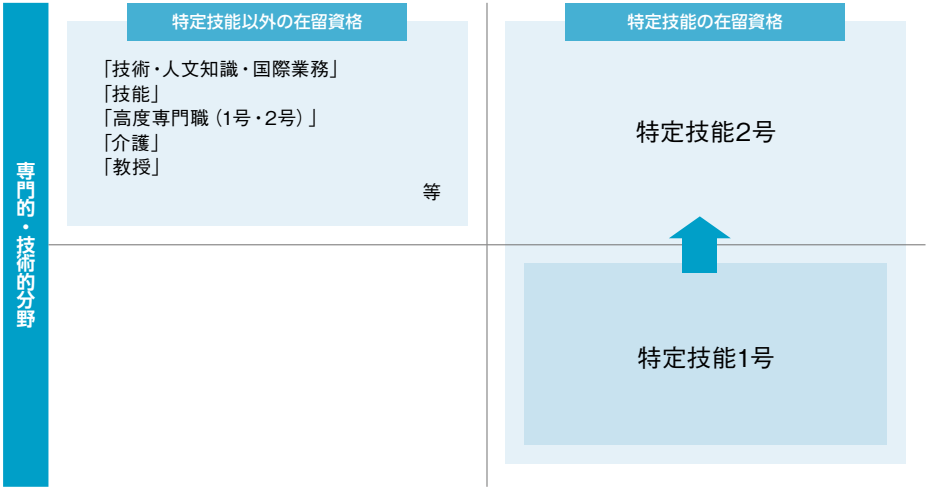
特定技能2号のポイント

在留期間	3年、2年、1年又は6か月ごとの更新（更新回数に制限なし）
技能水準	試験等で確認
日本語能力水準	試験（B1相当以上）で確認 ※2027年4月1日から、当該日本語能力水準に係る省令が施行予定
家族の帯同	要件を満たせば可能（配偶者、子）
支援	受入れ機関又は登録支援機関による支援の対象外
受入れ見込数(上限)	設定なし

特定技能の主な要件

	特定技能1号	特定技能2号
活動内容	法務大臣が指定する本邦の公私の機関との雇用に関する契約に基づいて行う特定産業分野（人材を確保することが困難な状況にあるため外国人により不足する人材の確保を図るべき産業上の分野として法務省令で定めるものをいいます。）であって法務大臣が指定するものに属する法務省令で定める技能を要する業務に従事する活動	
主な業務	特定産業分野ごとに従事する業務が決められています。詳細は下記を参照ください。 **https://www.moj.go.jp/isa/applications/ssw/10_00179.html**	特定産業分野ごとに従事する業務が決められています。詳細は下記を参照ください。 **https://www.moj.go.jp/isa/applications/ssw/10_00180.html**
条件・基準	●18歳以上 ●技能試験及び日本語試験に合格している（技能実習2号を良好に修了した者は試験免除） ●特定技能1号で通算5年以上在留していない ●保証金の徴収等をされていない ●自らが負担する費用がある場合、内容を十分に理解した上で合意している ●日本人が従事する場合に受ける報酬と同等額以上の報酬を受ける　など	●18歳以上 ●技能試験及び日本語試験に合格している ●保証金の徴収等をされていない ●自らが負担する費用がある場合、内容を十分に理解した上で合意している ●日本人が従事する場合に受ける報酬と同等額以上の報酬を受ける　など
在留期間	3年を超えない範囲内で法務大臣が個々の外国人について指定する期間（更新可能、原則として通算で上限5年まで）	3年、2年、1年又は6月

就労が認められる在留資格の技能水準



出入国在留管理庁「特定技能への移行を希望する留学生の皆様へ」
https://www.moj.go.jp/isa/applications/ssw/nyuukokukanri07_00003.html

卒業後の就活 特定活動：継続就職活動 / 就職内定者

特定活動（継続就職活動）

卒業までに就職が決まらなかった場合でも、**「留学」から「（継続就職活動のための）特定活動」へ在留資格の変更手続きを行うことによって、大学等卒業後に就職活動を1年間継続して行うことができます。**
また、卒業後２年目の就職活動について下記の内容を満たすことで、さらに１年間継続して行うことが可能になりました。
大学等を卒業後2年目に、インターンシップへの参加を含む地方公共団体が実施する就職支援事業（出入国在留管理庁の設定する要件に適合するものに限ります。）に参加して就職活動を行うことを希望し、在留状況に問題がない場合は、地方公共団体から証明書の発行を受ければ、当該事業に参加して行う就職活動のための在留資格（特定活動、在留期間は6月）へ変更することができ、更に1回の在留期間の更新が認められます。

■対象者

●大学（短期大学を含む）、大学院の正規課程卒業者
●専修学校の専門課程において専門士の称号を取得し、同課程を卒業した者又は専修学校専攻科を卒業した者
●海外の大学又は大学院を卒業等し、一定の要件を満たす本邦の日本語教育機関を卒業した者

■申請時に必要な書類

大学等に用意してもらわなければならない書類もありますので、必ずキャリアセンターや就職課の職員に相談をしてください。

(1) 在留資格変更許可申請書（写真 縦 4cm ×横 3cm）
(2) パスポート及び在留カード
(3) 在留中の一切の経費の支弁能力を証する文書
(4) 直前まで在籍していた大学等の卒業証明書（専修学校生の場合、加えて成績証明書、専門士の称号を有することの証明書及び専門課程又は専攻科における修得内容の詳細を明らかにする資料（ただし、専門士の証明書は専門課程の卒業者に限る。））
(5) 直前まで在籍していた大学等からの推薦状
(6) 継続就職活動を行っていることを明らかにする書類（就職活動記録、選考結果通知書類など）

「特定活動」で在留中に就職が決まれば、「技術・人文知識・国際業務」などへの在留資格の変更手続きが必要になります。

■卒業後に就活をする際の注意点

●政府の方針でも、学校等の卒業者が卒業後少なくとも3年間は新規卒業予定者の採用枠に応募できるよう求めていますが、多くの日本企業は、新規卒業予定者を中心に人員確保の計画を立てており、次年度の採用が行われている時期（4月～9月）でもあるために、チャンスが限られています。
●通常の「新卒採用」と異なるスケジュールで活動しなければならないため、情報が集まりにくく、時期が遅いため、志望意欲が伝わりにくい場合があります。
●採用が決まっても、翌年の4月まで入社を待たされるケースがあります。

特定活動（就職内定者）

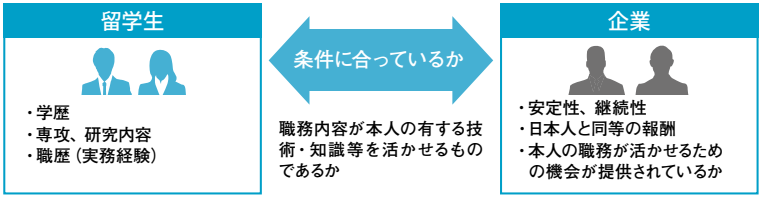
内定を得て、次年度4月からの採用の場合、入社までの間「（内定者のための）特定活動」の在留資格で在留を続けることができますが、就職活動とは活動内容が異なるので、在留資格変更許可申請の手続きをする必要があります。

審査のポイント

在留資格変更の要件とは

在留資格変更の審査のポイントは、以下4点です。

❶本人の学歴（専攻、研究内容など）その他の経歴から相応の技術・知識等を有する者であるか
❷従事しようとする職務内容が本人の有する技術・知識等を活かせるようなものであるか
❸本人の処遇（報酬）が適当であるか
❹雇用企業の規模・実績から安定性・継続性が見込まれ、さらに本人の職務を活かせるための機会が提供されているか



在留資格変更申請の注意点

❶必要書類は早めに準備する

就職先が準備しなければならない書類があるため、早めに用意するようにしましょう。

❷審査には申請から2週間〜1か月程度かかるので早めに申請する

原則的には4月から就職できるように卒業年の前年の12月から受け付けが始まります。書類に不備があると再申請となるなど、入社日に間に合わなくなる可能性があるので早めに申請しましょう。

❸原則的には本人が申請する

本人が申請しない場合は、地方出入国在留管理局長に申請取次ぎの届出をしている申請取次者が申請できます。

詳しくは「在留資格の変更，在留期間の更新許可のガイドライン」をご参照ください（多言語版あり）。
https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/nyuukokukanri07_00058.html

在留資格変更の手続きを知るためのサイト

■出入国在留管理庁
https://www.moj.go.jp/isa/

■東京外国人雇用サービスセンター
https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/

必要書類の準備

申請の手続きに必要な書類をチェック(「技術・人文知識・国際業務」の例)

在留資格変更に必要な資料は、就職する機関により提出する資料が変わります。まずは就職する機関に以下のカテゴリーの1から4のどれに該当するか確認しましょう。

カテゴリー1

❶日本の証券取引所に上場している企業
❷保険業を営む相互会社
❸日本又は外国の国・地方公共団体
❹独立行政法人
❺特殊法人・認可法人
❻日本の国・地方公共団体認可の公益法人
❼法人税法別表第1に掲げる公共法人
❽高度専門職省令第1条第1項各号の表の特別加算の項の中欄イ又はロの対象企業(イノベーション創出企業)
❾一定の条件を満たす中小企業※
※厚生労働省が実施する「ユースエール認定制度」において、都道府県労働局長から「ユースエール認定企業」として認定を受けているもの等。(2020年1月現在)

カテゴリー2

❶前年分の給与所得の源泉徴収票等の法定調書合計表中、給与所得の源泉徴収票合計表の源泉徴収税額が1,000万円以上ある団体・個人
❷在留申請オンラインシステムの利用申出の承認を受けている機関
❸「留学」からの在留資格変更であって次のいずれかに該当する者
a.日本の大学院、大学又は短大卒業(予定)者
b.海外の優秀大学卒業者(3つの世界ランキング中、2つ以上で上位300位にランクインしている外国の大学が対象)
c.「留学」から就労資格に変更して就労し、その後当該所属機関において在留期間更新した者を現に受け入れている機関において就労する者

カテゴリー3

前年分の職員の給与所得の源泉徴収票等の法定調書合計表が提出された団体・個人(カテゴリー2を除く)

カテゴリー4

カテゴリー1〜3のいずれにも該当しない団体・個人

カテゴリー	必要書類(❶〜⓭はP73に対応)												
	❶	❷	❸	❹	❺	❻	❼	❽	❾	❿	⓫	⓬	⓭
カテゴリー1	★	★	●	★	◆								
カテゴリー2	★	★	●	★	◆								
カテゴリー3	★	★	●	★	◆	●	★	●	●	●	●	★	
カテゴリー4	★	★	●	★	◆	●	★	●	●	●	●	★	●

★ 留学生本人が用意する書類
❶❷❹❼⓬

◆ 派遣元(派遣会社)と派遣先(就職する機関)が用意する書類
❺

● 就職する機関が用意する書類
❸❻❽❾❿⓫⓭

※4月入社の場合、前年の12月からの申請受付開始に間に合うようにしておきましょう。

最新情報は出入国在留管理庁の下記のページをご参照ください。
https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/nyuukokukanri07_00095.html

❶在留資格変更許可申請書（写真 縦4cm×横3cm）

❷パスポート及び在留カード

❸P72のカテゴリーのいずれかに該当することを証明する文書

カテゴリー1：四季報の写し又は日本の証券取引所に上場していることを証明する文書（写し）
主務官庁から設立の許可を受けたことを証明する文書（写し）
高度専門職省令第1条第1項各号の表の特別加算の項の中欄イ又はロの対象企業（イノベーション創出企業）であることを証明する文書（例えば、補助金交付決定通知書の写し）
上記「一定の条件を満たす企業等」であることを証明する文書（例えば、認定証等の写し）

カテゴリー2：在留申請オンラインシステムに係る利用申出の承認を受けていることを証明する文書（利用申出に係る承認のお知らせメール等）
提出書類省略に関する説明書（「留学」から「技術・人文知識・国際業務」又は「研究」への変更）

カテゴリー2及びカテゴリー3：前年分の職員の給与所得の源泉徴収票等の法定調書合計表（写し）

❹専門士又は高度専門士の称号を付与されたことを証明する文書（専門学校生のみ）

（専門学校の専攻科を修了した者については、）専攻科を修了したことを証明する文書（そのうち、外国人留学生キャリア形成促進プログラムとして認定を受けた学科を修了した者については、認定学科修了証明書）

❺派遣契約に基づいて就労する場合（申請人が被派遣者の場合）

⑴ 申請人の派遣労働に関する誓約書（派遣元・派遣先）
⑵ 申請人の派遣先での活動内容及び派遣契約期間を明らかにする次の資料の写し
a. 労働条件通知書（雇用契約書）
b. 労働者派遣個別契約書

❻申請人の活動内容等を明らかにする資料

労働契約を締結する場合、労働基準法第15条第1項及び同法施行規則第5条に基づき、労働者に交付される労働条件を明示する文書

❼申請人の学歴及び職歴その他経歴等を証明する文書

⑴ 申請に係る技術又は知識を要する業務に従事した機関及び内容並びに期間を明示した履歴書
⑵ 学歴又は職歴等を証明する次のいずれかの文書
a. 大学等の卒業証明書又はこれと同等以上の教育を受けたことを証明する文書。なお、インドのDOEACC制度の資格保有者の場合は、DOEACC資格の認定証（レベル「A」、「B」又は「C」に限る。）
b. 在職証明書等で関連する業務に従事した期間を証明する文書（大学、高等専門学校、高等学校又は専修学校の専門課程において当該技術又は知識に係る科目を専攻した期間の記載された当該学校からの証明書を含む。）
c. IT技術者については、法務大臣が特例告示をもって定める「情報処理技術」に関する試験又は資格の合格証書又は資格証書

※外国の文化に基盤を有する思考又は感受性を必要とする業務に従事する場合（大学を卒業した者が翻訳・通訳又は語学の指導に従事する場合を除く。）は、関連する業務について3年以上の実務経験を証明する文書

❽登記事項証明書

❾事業内容を明らかにする次のいずれかの資料

⑴ 勤務先等の沿革、役員、組織、事業内容（主要取引先と取引実績を含む。）等が詳細に記載された案内書
⑵ その他の勤務先等の作成した上記⑴に準ずる文書

❿直近の年度の決算文書の写し（カテゴリー3及びカテゴリー4）
新規事業の場合は事業計画書（カテゴリー4のみ）

⓫所属機関の代表者に関する申告書（参考様式あり）

⓬（主に言語能力を用いて対人業務等を行う場合）業務上使用する言語について、CEFR・B2相当の言語能力を有することを証明する資料

⓭前年分の職員の給与所得の源泉徴収票等の法定調書合計表を提出できない理由を明らかにする資料

COLUMN ❻

高度人材ポイント制

外国人の学歴、職歴、年収等を点数化し、70点以上の者には、永住許可要件の緩和や配偶者の就労、入国・在留手続の優先処理などの優遇措置が付与される制度です。

1 制度の概要・目的

高度外国人材の受入れを促進するため、高度外国人材に対しポイント制を活用した出入国在留管理上の優遇措置を講ずる制度を2012年5月7日より導入しています。
高度外国人材の活動内容を、「高度学術研究活動」、「高度専門・技術活動」、「高度経営・管理活動」の3つに分類し、それぞれの特性に応じて、「学歴」、「職歴」、「年収」などの項目ごとにポイントを設け、ポイントの合計が一定点数（70点）に達した場合に、出入国在留管理上の優遇措置を与えることにより、高度外国人材の我が国への受入れ促進を図ることを目的としています。

2 出入国在留管理上の優遇措置の内容

高度外国人材が行う3つの活動類型
高度学術研究活動「高度専門職1号（イ）」 本邦の公私の機関との契約に基づいて行う研究、研究の指導又は教育をする活動
高度専門・技術活動「高度専門職1号（ロ）」 本邦の公私の機関との契約に基づいて行う自然科学又は人文科学の分野に属する知識又は技術を要する業務に従事する活動
高度経営・管理活動「高度専門職1号（ハ）」 本邦の公私の機関において事業の経営を行い又は管理に従事する活動

「高度専門職1号」の場合

（1）複合的な在留活動の許容
（2）在留期間「5年」の付与
（3）在留歴に係る永住許可要件の緩和
（4）配偶者の就労
（5）一定の条件の下での親の帯同
（6）一定の条件の下での家事使用人の帯同
（7）入国・在留手続の優先処理

「高度専門職2号」の場合

（a）「高度専門職1号」の活動と併せてほぼ全ての就労資格の活動を行うことができる
（b）在留期間が無期限となる
（c）上記（3）から（6）までの優遇措置が受けられる

※「高度専門職2号」は「高度専門職1号」で3年以上活動を行っていた方が対象になります。

高度人材ポイント制について
https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/newimmiact_3_index.html

高度外国人材活躍推進ポータル /Open for Professionals
このサイトでは高度外国人材に対する出入国管理上の優遇措置等、日本で既に就労している又は日本での就労を検討している高度外国人材が必要とする情報の入手先を、外国人にわかりやすく掲載しています。
https://www.jetro.go.jp/hrportal/



L.N.S さん

出身地：シンガポール
出身大学（学校）：お茶の水女子大学
学部・学科：文教育学部・人間社会科学科
日本留学期間：2022年4月～2027年3月（見込み）
日本語能力レベル：日本語能力試験 N2

■日本での就職理由

来日して5年間、日本語や日本文化などを学んできました。そこで身についた語学力や経験を社会人として活かしたいと考え、日本で就職することを選びました。また社会人として日本で働くことで、学生時代よりさらに多くのことが学べると考えています。

■企業選びの軸

ファーストキャリアを考えるうえで、若手や外国人であっても挑戦・成長できる環境を重視しました。自分の語学力やグローバルな視点を強みとして活かせる企業を軸に就職活動を行っています。

■関心を持った業界・職種

主に、海外展開を行う企業や、語学力・多文化理解を活かせる営業職・グローバル職種を中心に見ています。多様な価値観を持つ顧客や取引先に対して、自分の強みを活かして最適な提案ができる業務に魅力を感じています。

■企業へ自己アピールの内容

主に二つの強みを中心に伝えています。一つ目は目標に向けた努力とその継続力です。日本語を学び、お茶の水女子大学に入学するまでの過程や、幼い頃から続けてきたダンス、そしてダンスインストラクターとしてのアルバイト経験をもとにアピールしています。二つ目は外国人であり英語を第一言語とする自分ならではの、独自の視点と考え方を強みとして話すようにしています。

■就職活動の際の応募企業数（取材時）

説明会（合同説明会含む）：30社、インターンシップ：6社、ES提出：6社、面接：4社

■効果的だった就職活動対策

日本人向け・外国人留学生向け両方の就活サイトに登録し、初期から多くの説明会に参加しました。早い段階で視野を広げたことで、希望する業界・職種が自分に合うかどうか確認でき、志望度の高い企業との出会いにつながっています。そこで得た知識が、その後の選考でも他の学生と差をつける武器になると思います。

■業界・企業研究の方法

企業説明会で得た情報に加え、周囲の人との対話から業界研究を深めました。親や友人、キャリアセンターの職員さんなど様々な立場の人に相談することで、幅広い業界の知識を得られ、客観的な視点で自分に合う企業を選ぶのに役立っています。

■エントリーシート・履歴書での注意点

「結論ファースト」と「根拠の具体性」を徹底しています。まず「主体性」など短いフレーズを示し、具体的な経験を挙げます。成果を数字で示せる場合は積極的に取り入れています。表現に迷った時は、就職情報サイトを参考に自分に最も合う言葉を選んでいます。

■面接での注意点

事前に面接の基本的なマナーを確認しておきました。服装や身だしなみの清潔感も第一印象を左右するので、襟が整っているか、シャツにしわがないかなど細かい部分まで確認し、できるだけポジティブな印象を残せるように意識しています。

■面接で聞かれた質問

自分の強みと弱み。日本に来た理由。日本語の勉強について。応募理由。ほかの企業・業界になぜ応募しないのか。最近気になっているニュース。

■将来の夢

仕事を通じて幅広い知識と経験を身につけ、国籍や文化の壁を越えて信頼されるビジネスパーソンを目指したいです。

■後輩へのアドバイス

選択肢を狭めないことで自分に合う企業に出会えます。資格（N1等）がなくても大丈夫です。面接対策では、自分の回答に「なぜ」を繰り返して深掘りしたり、説明会で積極的に質問したりすると効果的です。一人で抱え込まず周囲やアドバイザーにも頼りましょう！



キム　ドンロクさん

出身地：韓国
出身大学（学校）：上智大学
学部・学科：法学部　地球環境法学科
日本留学期間：2022年４月～2026年3月
勤務先：岡谷鋼機株式会社
日本語能力レベル：日本語能力試験 N１

■日本での就職理由

日本に留学することを決めた時から日本での就職を視野に入れていたので、日本以外の選択肢は考えませんでした。また、キャリア形成において海外経験があることは、母国で就職するよりメリットがあると考えたためです。

■勤務先の選択理由

日本のみならず、世界各国と関わることができる業界を見ており、商社やグローバル展開が活発なメーカーを中心に就職先を探しました。その中でこの会社は、専門商社の中でも様々な事業領域に強みを持ち、長期的な安定性を確保していることが魅力的でした。

■勤務先の事業内容

専門商社として、メーカーから仕入れたものを客先に販売することで付加価値を生み出すトレーディングビジネスが主な収益モデルです。扱っている商材は、鉄鋼や機械、エレクトロニクス、食品など４セグメント 10 営業本部で、幅広い事業を展開しています。

■企業へ自己アピールの内容

企業理念の一つとして三現主義 (現地･現物･現人) を大事にしているなど、現場で直接物を見て現地の人と緊密に交流することができる人材を求めている会社でした。そこで、学生寮でのリーダー活動やバックパッカーなど、現場に入り込んだ様々な経験を中心にアピールしました。

■就職活動の際の応募企業数

インターンシップエントリー 25 社､本選考エントリー 20 社

■効果的だった就職活動対策

複数の人にエントリーシートを見ていただくことです。いくら日本語が上手いとしても、留学生だと修正が必要な部分は必ず存在すると思いますので、エントリーシートの添削は大学のキャリアセンター及び日本人の知り合いにお願いしました。

■業界・企業研究の方法

大学のキャリアセンターに用意してある四季報や口コミサイトを中心に調べながら複数の企業情報に目を通し、選んだ企業の IR 情報や採用ホームページから、さらに業界やエントリーする企業を絞るという方法で進めました。

■エントリーシート・履歴書での注意点

最近、ChatGPT などの生成 AI を利用してエントリーシートを作成するケースが増えたと聞きました。しかし、生成 AI を利用すると他の人と差別化することが難しく、独自性のある文章作りにはならないと考えたため、誤脱字の修正以外は極力使わないことを心掛けました。

■面接での注意点

笑顔で、はきはきと話すことに集中しました。また、面接会場でエントリーシートの内容を台本のように言うのではなく､自分の言葉で言い直すことで、面接官の方々と会話をするような面接ができるように注意しました。

■面接で聞かれた質問

ガクチカ・志望理由のようなオーソドックスな質問以外にも、日本で就職する理由・母国との比較等、留学生という特殊なバックグラウンドに関する質問も多かったです。

■将来の夢

商社の特徴として、海外駐在に行く機会が豊富という点があります。将来、海外との取引のある部署に所属し、商社パーソンとして日本と複数の外国を繋ぐ架け橋の役割を果たしたいです。

■後輩へのアドバイス

近年の就活は早期化する傾向なので、遅くても３年生の夏には就職活動を開始することが望ましいです。私も開始から内定まで1年程かかりました。就活は長期戦だということを意識し、体調に気を付けながら頑張ってください!



シュウ　クンイさん

出身地：中国
出身大学（学校）：多摩美術大学
専攻：大学院美術研究科（博士前期課程（修士課程））デザイン専攻プロダクトデザイン研究領域
日本留学期間：2022年4月～2025年3月
勤務先：マルマン株式会社
日本語能力レベル：日本語能力試験 N1

■日本での就職理由

昔から日本のデザインに魅力を感じており、日本でデザイナーとして働くことに強い憧れがありました。また、日本での暮らしは安全で便利であり、特に一人暮らしにとても合っていると感じたため、日本での就職を希望しました。

■勤務先の選択理由

文具が好きで、学生時代から使っていた商品も多く、親しみのある会社でした。また、海外展開にも注力している点に魅力を感じました。自分の語学力や関心を活かせる場だと考え、入社を決めました。

■勤務先の事業内容

文具メーカーです。ルーズリーフなどの紙製品を中心とした文具カテゴリーへと、製品の領域を広げながら、人が「クリエイティブである瞬間を創り出す」ことを中心とした事業を展開しています。

■企業へ自己アピールの内容

大学時代に制作した作品を通じて、自分の企画力やデザイン力を伝えました。また、来日後はイベント参加やインターンなどにも積極的に取り組み、日本で働くための実践的な経験を積んできた点をアピールしました。

■就職活動の際の応募企業数

エントリー:20 社、会社説明会:15 社、インターンシップ:6 社、面接:12 社

■効果的だった就職活動対策

志望業界や企業の特徴、求める人物像を事前にしっかり把握し、それに対して自分の強みや志向性がどう合致するかを整理しました。方向性が明確になったことで、企業選びや面接でのアピールがしやすくなりました。

■業界・企業研究の方法

企業の公式サイトで事業内容や理念を調べ、説明会に参加して雰囲気や働き方を確認しました。留学生として、最初は日程管理や情報収集の方法が分からず苦労しましたが、学校の就職支援や情報ツールを積極的に活用しました。また、日本人の先輩の体験談や OB 訪問を参考にしながら、自分に合う業界や企業像を整理していきました。

■エントリーシート・履歴書での注意点

企業の特徴をしっかり理解し、自分の志望動機と強みを具体的に整理して伝えることが大切です。志望動機は誠実に、自分らしさを出しながら、ありきたりな内容にならないよう注意しました。

■面接での注意点

第一印象が大切なので、礼儀や身だしなみに気をつけました。事前準備や面接練習をしっかり行うことで、緊張を和らげることができました。面接では明るく積極的な態度で臨むことを心がけました。

■面接で聞かれた質問

面接で聞かれた質問は、「志望動機」「自己 PR」「学生時代に力を入れたこと」「将来の目標」「ポートフォリオの紹介」など基本的な内容が中心でした。留学生として、言語や文化の違いを意識しながら、自分の強みや経験を分かりやすく伝える工夫をしました。例えば、専門用語の説明を簡単にしたり、具体例を多く盛り込むよう心がけました。また、緊張で言葉が詰まることもありましたが、練習を重ねて自信をつけました。

■将来の夢

日本でデザイナーとして経験を積みながら、専門スキルと言語力の両方を高めていきたいです。将来的には、自分が企画・デザインに関わったヒット商品を世に送り出すことが目標です。

■後輩へのアドバイス

就職活動では「自分が本当にやりたいこと」と「企業が求める人物像」をすり合わせることが大切です。自己分析や企業研究を丁寧に行い、自分の言葉で思いを伝えられるように準備しておくと安心です。頑張ってください。

『JASSO就職支援』お役立ちサイト

https://www.jasso.go.jp/ryugaku/after_study_j/job/info.html

1. 外国人雇用サービスセンター

サービス内容：雇用情報の提供、職業相談や紹介、インターンシップの受付
所 在 地：東京・大阪・名古屋・福岡
対応言語：東京・福岡／英語・中国語・ウクライナ語
大阪・名古屋／英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語・ウクライナ語・ベトナム語など
相談方法：電話・訪問

URL
東　京 https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/
大　阪 https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-foreigner/
名古屋 https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-foreigner/
福　岡 https://jsite.mhlw.go.jp/fukuoka-roudoukyoku/hw/fuzoku_kikan/gaisen.html

2. 公共職業安定所（ハローワーク）

サービス内容：就職に関する相談
所 在 地：各都道府県
外国語で電話ができるハローワーク所在地：47都道府県
通訳がいるハローワーク所在地：31都道府県
対応言語：英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語・韓国語・タガログ語・ベトナム語・ネパール語・
ウクライナ語・タイ語・インドネシア語・ミャンマー語・ベンガル語（地域によって異なる。）
相談方法：電話・訪問
ハローワークのインターネットサービス URL https://www.hellowork.mhlw.go.jp/
新卒応援ハローワーク URL https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000132220.html

3. 外国人在留総合インフォメーションセンター

サービス内容：入国手続や在留手続等に関する相談 0570-013904 +81-3-5796-7112（IP、海外から）
所 在 地：札幌・仙台・東京・横浜・名古屋・大阪・神戸・広島・高松・福岡・那覇
対応言語：英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム語など（地域によって異なる。）
MAIL info-tokyo@i.moj.go.jp（対応言語：日本語、英語）
URL https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html

4. 出入国在留管理庁　地方出入国在留管理官署

サービス内容：在留資格変更等の各種手続き
所 在 地：札幌・仙台・東京・成田空港・羽田空港・横浜・名古屋・中部空港・大阪・関西空港・神戸・広島・高松・福岡・那覇
対応言語：日本語
相談方法：電話・訪問
URL https://www.moj.go.jp/isa/about/region/index.html

5. 日本商工会議所

サービス内容：企業情報及び就職関連情報の提供、インターンシップの受付（実施していない商工会議所もあります。）
所 在 地：各都道府県
対応言語：日本語
相談方法：電話・訪問 ※外国人専用ではありません。
URL https://www.jcci.or.jp/

JASSO
独立行政法人
日本学生支援機構
Japan Student Services Organization

留学生事業部　国際奨学課
〒135-8630 東京都江東区青海2-2-1
TEL（03）5520-6030　FAX（03）5520-6031

STUDY in JAPAN

※本書に記載された内容を、無断で転載することを禁じます。

2026年11月発行　非売品