

就職指導課キャリアカウンセラー より

皆さま、いかがお過ごしでしょうか。初めて遭遇する状況で、就職活動の事や環境の変化等に直面して不安な気持ちでお過ごしかも知れませんね。直接お会い出来ないので、少しでも気持ちが楽になればと思い発信しています。毎日の過ごし方、WEB面談でのヒント等をお伝えしたいと思います。

生活リズムを整えて、ストレスを溜めない生活を心がけましょう♪

- ① 睡眠時間はしっかりと取り、朝は早起きをして日光を浴びましょう。
- ② 一人暮らしの方も、栄養バランス良く一日3食しっかり食べましょう。
- ③ 友人や家族とLINEや電話で会話を楽しみましょう（笑うと免疫力がUPします）
- ④ 身の回りの整理や断捨離をしてみましょう、気持ちが落ち着きます。

令和2年4月1日から以下のとおり「電話予約」「WEB面談（相談）」を実施しています。
相談予約をされる方は、予約状況を確認してお申し込み下さい。また相談の際は、WEB面談となります。

受付時間：月～金 9：00～17：00 TEL：0466-84-3861

*予約は1回につき1枠です、相談終了後に次回の予約が可能となります。

詳しくは[HP](#) → [就職キャリア](#) → [就職指導課からのお知らせ](#) → [4月からの就職相談予約について](#) を参照。

お知らせ

最近始めたWEB面談（相談）の中でよく受ける質問をご紹介します☺☒

Q：企業のWEB面接で背景に最適なものは、どのようなものでしょうか？

A：壁をバックにすると良いと思います（出来ればポスターや飾りを外してスッキリと）
（昼間でも電気を点けて部屋は明るく、座る位置は逆光にならないように！画面に映り込む所は片付けること）

Q：WEB面接の途中で画面が途切れたり真っ暗になった時にはどうしたら良いですか？

A：速やかに学生側から企業にTEL、丁寧に事情を伝えて指示して頂きましょう。

Q：今、自分が受けようとしている企業の数を増やしたほうが良いですか？

A：現在の就活の中で気力体力にもし余力があれば比較材料として、又学生という身分だからこそ深く学べる社会勉強として視野を広げてみてください。

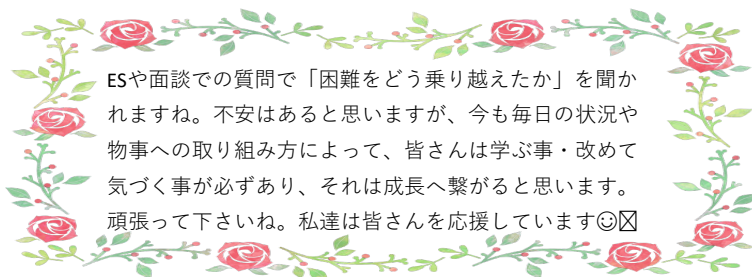
Q：企業の方と話す際に緊張してしまいます・・・

A：家の鏡の前で背筋を伸ばして、声を出して**何度もイメージトレーニング**しましょう！

企業のWEB面接は増えています！

*前日までにネット環境を整える・選考の流れの確認・想定質問の受け答えの練習等の入念な準備。

*対面面接同様マナーや態度に注意。通話開始と同時に明るい表情や、元気で丁寧な挨拶で第一印象を良いものにしましょう。一問一答ではなくコミュニケーションを意識して会話しましょう。



ESや面談での質問で「困難をどう乗り越えたか」を聞かれますね。不安はあると思いますが、今も毎日の状況や物事への取り組み方によって、皆さんは学ぶ事・改めて気づく事が必ずあり、それは成長へ繋がると思います。頑張ってくださいね。私達は皆さんを応援しています☺☒



正
門
前