

※★印のついた講座は、求人NAVIの「就職支援行事の予約画面」から、事前申込が必要です。
申込受付は開催日の約1か月前を目処に開始します。

3年生向け（一部、1・2年生も受講可）

1. 就職ガイダンス

内容	解説No.	開催日			備考
第2回就職ガイダンス(必須)	1-1	10	7	水	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
第3回就職ガイダンス(必須)	1-2	2	10	水	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」

2. 採用選考対策

内容	解説No.	開催日			備考
履歴書・エントリーシート対策① ～自己PRにつなげる自己分析～	2-1	10	9	金	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
履歴書・エントリーシート対策② ～書類から始まる就職活動～	2-2	10	22	木	
履歴書・エントリーシート対策③ ～伝わる文章を書こう～	2-3	11	9	月	
動画選考対策講座	2-4	12	7	月	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
リクルートビジュアル(メイク、身だしなみ)	2-5	11	27	金	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
★就職活動用証明写真 学内撮影会 ※申込方法、詳細についてはリクルートビジュアル講座で説明します。	2-6	12	16	水	撮影会場:8号館1階「昭ルーム」
		12	17	木	撮影会場:8号館1階「昭ルーム」
面接対策① 「人事の視点で知る! 面接の基本講座」	2-7	11	12	木	オンラインにより「ライブ形式」で実施(18:10～19:40) & 録画視聴(2週間)
面接対策② 「集団面接対策講座」	2-8	11	24	火	オンラインにより「ライブ形式」で実施(18:10～19:40) & 録画視聴(2週間)
★面接対策③ 「実践で学ぶ! 個人面接対策講座」	2-9	12	5	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:10:00-12:00
		12	12	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:10:00-12:00
★面接対策④ 「実践で学ぶ! グループディスカッション講座」	2-10	12	5	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:13:00-15:00
		12	12	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:13:00-15:00
再点検! 履歴書・エントリーシート	2-11	2	5	金	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
★再点検! 個人面接	2-12	2	6	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:10:00-12:00
★再点検! グループディスカッション	2-13	2	6	土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:13:00-15:00
★採用担当者による模擬面接会(1)	2-14	2	8	月	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:18:10-19:40
★採用担当者による模擬面接会(2)		2	9	火	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:18:10-19:40

3. SPI(就職筆記試験)対策

内容	解説No.	開催日			備考
SPI秋季実力養成講座(1)～(6)	3-1	10	2	金	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「11/26まで」
一斉SPI能力・一般常識模擬試験(必須)	3-2	11	25	水	オンラインにより実施
Webテスト(CAB&玉手箱)特別対策講座	3-3	12	4	金	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」

4. 業界研究セミナー

内容	解説No.	開催日			備考
【情報処理】トランスコスモス 【リース】JA三井リース 【人材サービス】パソナ 【日用品】ジョンソン・エンド・ジョンソン 【食品】ハウス食品 【専門商社】日本アクセス 【専門商社】日立ハイテク	4-1	10	15	木	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
【出版】集英社 【食品】カゴメ 【医薬品】ツムラ 【ウエディング】Plan・Do・See 【クレジットカード】三菱UFJニコス 【生命保険】日本生命 【不動産】三井不動産リアルティ 【建設】清水建設 【戸建て住宅】積水ハウス 【化粧品】資生堂ジャパン	4-1	11	12	木	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
		11	18	水	オンラインにより「ライブ形式」で実施(15:30～16:10)
【精密機器】ディスコ 【化学】信越化学工業 【メガバンク】三菱UFJ銀行 【証券】野村證券 【損害保険】三井住友海上火災保険 【信用金庫・信用組合】全国信用金庫協会 【食品】明治 【陸運】日本通運 【鉄道】東急 【コンビニエンスストア】ローソン 【アパレル】ファーストリテイリング 【商社】内田洋行 【エンターテインメント】東映アニメーション 【広告】ジェイアール東日本企画	4-1	12	10	木	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
		12	16	水	オンラインにより「ライブ形式」で実施(15:30～16:10)
優良企業を調べよう! 誰でもできる『会社四季報』徹底活用法	4-2	11	9	月	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
人材のプロが薦める! 優良中堅・中小企業の探し方	4-3	1	12	火	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」

※★印のついた講座は、求人NAVIの「就職支援行事の予約画面」から、事前申込が必要です。
申込受付は開催日の約1か月前を目処に開始します。

3年生向け（一部、1・2年生も受講可）

5. 大手・人気企業チャレンジ講座 A・B・Cクラス ※受講者確定済み

内容	解説No.	開催日	備考
Aクラス	5-1	Aクラス:9月17日(木)~12月7日(月)の間に全8回	
Bクラス		Bクラス:9月18日(金)~12月10日(木)の間に全8回	
Cクラス		Cクラス:9月28日(月)~12月14日(月)の間に全8回	
A・B・C 3クラス合同		2 12 金	

6. 4年生による内定者報告会

内容	解説No.	開催日	備考
4年生による内定者報告会	6-1	11 16 月	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:18:10-19:40

7. 学内合同企業説明会

内容	解説No.	開催日	備考
学内WEB合同企業説明会	7-1	2 16 火	2/16(火)~2/26(金)※土日を除く8日間/オンラインにより「ライブ形式」で実施

8. 学校推薦セミナー

内容	解説No.	開催日	備考
★推薦・取りまとめ説明会(内定者座談会)	8-1	1 8 金	開催方法等は別途連絡

9. グループディスカッション講座

内容	解説No.	開催日	備考
★他大学合同! グループディスカッション講座	9-1	12 19 土	オンラインにより「ライブ形式」で実施/開催時間:10:00-11:30、13:00-14:30

1か月前に求人NAVI「お知らせ」にて詳細をお知らせします。

4年生向け

1. 学内合同企業説明会

内容	解説No.	開催日	備考
★学内合同企業説明会(6)	1-1	10 15 木	オンラインにより「ライブ形式」で実施
★学内合同企業説明会(7)		1 14 木	
★学内合同企業説明会(8)		2 5 金	

2. 東京新卒応援ハローワーク活用

内容	解説No.	開催日	備考
東京新卒応援ハローワーク求人紹介・相談コーナー	2-1	毎週水曜日	「個人面談予約画面」から事前予約/オンラインにより実施

全学年向け

1. 仕事を知るシリーズ

内容	解説No.	開催日	備考
仕事を知るシリーズ(4)「人事・総務」「外資系ビジネス職」	1-1	10 26 月	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」
仕事を知るシリーズ(5)「IT業界営業職」「OTC医薬品営業職・MR職」		11 10 火	
仕事を知るシリーズ(6)「広報・マーケティング」「ITエンジニア」		12 10 木	

2. インターンシップ

内容	解説No.	開催日	備考
インターンシップ報告会 ※単位認定希望者は受講必須	2-1	11 28 土	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「3週間」

3. 公務員対策

内容	解説No.	開催日	備考
公務員試験対策セミナー	3-1	10 13 火	録画視聴 ※左記日程から視聴開始し、視聴期間は「12/14まで」

「就職活動支援講座」概要解説

3年生向け

解説 No.	解説
	第2回就職ガイダンス(必須)
1-1	いよいよ就職活動が本格化します。企業の採用活動に詳しいマイナビ編集長(高橋 誠人氏)が、就職活動本格化に向けて、後期から取り組むべき準備の進め方を解説します。キャリア支援センターからは、現4年生の9月30日現在の内定状況、後期就職活動支援講座などについて、お伝えします。また、現役の4年生から実際の就職活動体験談を話してもらいます。
	第3回就職ガイダンス(必須)
1-2	企業の採用広報活動が始まります。すぐに役立つ就職活動のポイントについて、マイナビ編集長(高橋 誠人氏)からお話を伺います。
	履歴書・エントリーシート対策① 自己PRにつなげる自己分析
2-1	自己分析の結果を整理し、自分自身を明確にすることで、最適な「自己PR」を作成することを目指します。「履歴書・エントリーシート対策①～③」の講師は、株式会社エービーシーエデュケーションの井坂洋子さんです。
	履歴書・エントリーシート対策② ～書類から始まる就職活動～
2-2	履歴書は、企業に自分を伝える大事な書類で、書類選考の結果に大きく影響します。本学指定の履歴書を使い、この回では「学生時代に力を入れたこと」「自己PR」について、記入例を示しながら書き方をお教えします。
	履歴書・エントリーシート対策③ ～伝わる文章を書こう～
2-3	履歴書は、企業に自分を伝える大事な書類で、書類選考の結果に大きく影響します。本学指定の履歴書を使い、この回では「志望動機」の書き方をお教えします。また過去のエントリーシートの出題例も紹介し、エントリーシート対策も行います。
	動画選考対策講座
2-4	昨今、急速に増えた動画選考に対応するため、通常の面接以外で注意すべき点(目線・声のトーン・表情や、場所・背景・明るさ・照明など)を示し、攻略法をお教えします。
	リクルートビジュアル(メイク、身だしなみ)
2-5	就職活動にふさわしいメイクやリクルートスーツの着こなし術について、具体的な例を示しながら解説します。講師は、本学で就職活動の証明写真撮影会を行う、株式会社なつコーポレーションです。
	就職活動用証明写真 学内撮影会
2-6	長年、本学の就職活動用証明写真の撮影を担当している株式会社なつコーポレーションが、メイク付きで行います。「申込方法」や「昭和女子大学特別撮影プラン」の詳細は、リクルートビジュアル講座でお知らせします。
	面接対策①「人事の視点で知る！面接の基本講座」
2-7	面接(集団・個人・グループディスカッション)形式の違いを知り、各ステップにおける面接官の評価ポイントをお教えします。「面接対策①～②」は、キャリア就活のディスクが運営し、講師はポインタオフィス代表の本田 勝裕氏に担当いただきます。
	面接対策②「実践で学ぶ！集団面接対策講座」
2-8	集団面接で知っておくべきポイントをお教えします。模擬集団面接ワークも行い、質問への「対応力」や、他の学生と比較した際の「印象力」が際立つ集団面接の対策を行います。
	面接対策③「実践で学ぶ！個人面接対策講座」
2-9	個人面接で知っておくべきポイントをお教えた後、学生同士で「面接官」「学生役」を行い、個人面接を実践形式で練習します。面接練習終了後は、講師からフィードバックをしてもらいます。キャリア就活のディスクが運営し、講師はポインタオフィス代表の本田 勝裕氏と他1名の計2名に務めていただきます。
	面接対策④「実践で学ぶ！グループディスカッション講座」
2-10	グループディスカッションで知っておくべきポイントをお教えた後、学生同士で5～6名のチームを作り、グループディスカッションを実践します。実践終了後は、講師からフィードバックをしてもらいます。キャリア就活のディスクが運営し、講師はポインタオフィス代表の本田 勝裕氏と他1名の計2名に務めていただきます。
	再点検！履歴書・エントリーシート
2-11	これまでの講座を振り返り、履歴書・エントリーシートを自信を持って仕上げられるよう、書き方を再点検いたします。講師は、株式会社エービーシーエデュケーションの井坂洋子さんです。
	面接選考直前対策！Vol1「面接対策講座総まとめ！個人面接編」
2-12	個人面接のポイントを振り返ります。学生同士で個人面接を実践形式で練習し、面接での答え方や面接官の視点も再確認します。企業の採用担当者にお越しいたごき、フィードバックをいただきます。
	面接選考直前対策！Vol2「面接対策講座総まとめ！グループディスカッション編」
2-13	グループディスカッションのポイントを振り返ります。学生同士で5～6名のチームを作り、グループディスカッションを実践し、攻略法や面接官の視点も再確認します。企業の採用担当者にお越しいたごき、フィードバックをいただきます。
	採用担当者による模擬面接会
2-14	現役の企業の採用担当者が面接官を務める模擬面接会です。3～4名でのグループ面接を行い、その場でフィードバックを受けることができます。実際の面接の雰囲気を経験できることに加え、現役採用担当者からアドバイスをいただける大変貴重な機会です。スーツ着用、各回定員42名(予定)。
	SPI秋季実力養成講座(1)～(6)
3-1	夏季集中講座で学んだ内容をベースに、実際のSPIと同レベルの問題を学習する講座です。計算中心分野を3日間、論理的思考分野を3日間、全6日間かけて演習・解説を行います。6日間を通して、SPI非言語分野を網羅できる学習を行いますので、全日程に参加し、レベルアップを目指しましょう。
	一斉SPI能力・一般常識模擬試験(必須)
3-2	13,000社以上の企業の採用試験で導入されているSPIと一般常識の模擬試験です。就職活動スタート前にこれまでの自分の学習成果や、現在の実力を確認しましょう。 【3年生は受検必須です】
	WEBテスト(玉手箱、CABなど)特別対策講座
3-3	多くの企業が導入しているWEBテストの中で、近年人気企業の選考で使われる「玉手箱」、「CAB」などに特化した対策講座です。演習・解説を行います。
	業界研究セミナー
4-1	各業界を代表する約30社の企業の方から、業界全体の展望や、それぞれの企業の強みなどをお話いただきます。業界の理解を深め、視野を広げられる貴重な機会です。
	優良企業を調べよう！誰でもできる『会社四季報』徹底活用法
4-2	上場企業の財務内容や業績の推移は『会社四季報』から得られ、企業研究にとっても有益です。また、女性の採用実績や産前産後休暇・育児休暇など、女子学生が気になる情報を盛り込んだ『就職四季報女子版』もあります。東洋経済新報社の田宮寛之氏が、複雑難解な『会社四季報』の読み方を解り易く説明します。
	人材のプロが薦める！優良中堅・中小企業の探し方
4-3	就職活動が始まると就活生の視線は大企業に目が向きがちですが、優良な中堅・中小企業も重要な就職先です。就職活動が始まってから慌てることがないよう、優良な中堅・中小企業を見極める方法を学びます。

「就職活動支援講座」概要解説

3 年生向け

解説 No.	解説
	大手・人気企業チャレンジ講座
5-1	内定を獲得することが難しいと言われている大手・人気企業からの内定獲得を目的に、少人数のクラスで様々な課題に取り組み、企業が求める人材像に自己を成長させるプログラムです。(既に申込受付は完了しています。)
	4年生による内定者報告会
6-1	先輩(4年生)内定者による就職活動体験報告会です。先輩たちの就職活動の進め方や、内定獲得までのプロセスなど、参加者のみなさんからの質問に先輩たちが答えていく形式で行います。就職活動に対する疑問や不安を解消する良い機会です。些細なことでも、日頃気になることを、ぜひこの報告会で聞いてみてください。
	企業研究セミナー・学内合同企業説明会
7-1	各企業の採用担当が行う企業説明会です。開催期間中、約300社の企業が参加予定です。学外で行われる合同企業説明会は、会場が広く、就活生が大勢参加し、長時間待たされたり、会場に入れないなどの状況が発生することがあります。この「学内合同企業説明会」は本学の学生を採用したいと考えている企業がお越しなり、人事担当者と近いところで直にお話を聞くことができますので、上手に活用し、就職活動を進めてください。参加企業の詳細は求人NAVIで告知し、冊子も配布します。
	推薦・取りまとめ説明会(内定者座談会)
8-1	昭和女子大学の特徴である「学校推薦・学校取りまとめ制度」について説明します。また同制度を利用して内定を得た先輩を囲んで座談会を行いますので、この制度を活用した経験談だけでなく、企業選びや就活全般のアドバイスを先輩からもらう事が出来ます。例年、この座談会に参加した学生の就職率は非常に高いことが特徴です。
	他大学合同！グループディスカッション講座
9-1	他大学の学生(男子学生も含む)も参加し、本番の採用選考に近い状況でグループディスカッションを行う実践的な講座です。ディスカッションの後には、マイナビの講師によるフィードバックや解説もあり、グループディスカッションの攻略法についても修得することができます。

4 年生向け

	学内合同企業説明会
1-1	毎回、20社程度の企業が参加します。参加企業は本学学生の採用に対し大変意欲的で、話をじっくり聞くことができる貴重な機会です。1社でも多くの採用担当者と話をし、チャンスをつかんでください。
	東京新卒応援ハローワーク求人紹介・相談コーナー
2-1	毎週水曜日の13:00から15:45(最終受付は15:30)まで、東京新卒応援ハローワークの本学担当のジョブサポーターが来校します。面接指導や履歴書・エントリーシートの添削をはじめ、個々に合った求人を紹介を受けることができます。「地方求人」の紹介を受けることも可能ですので、Uターン就職を希望する方にもおすすめです。

全学年向け

	仕事を知るシリーズ
1-1	【働く女性のリアルを知る！】知っているようで知らない仕事の内容。様々な仕事について、現役で働いている女性からお話を聞くシリーズです。毎回、異なる仕事(職種)の2名をお招きし、仕事内容や就職活動体験談、学生時代にしておくべきことなどを伺います。1度に異なる職種を知ることで、仕事の視野を広げることができます。
	インターンシップ報告会 ※単位認定希望者は受講必須
2-1	夏季インターンシップに参加した学生の代表者による報告会です。発表者の報告を聞くとともに、自身のインターンシップについて振り返ります。単位希望者は受講することが必須要件になりますので、必ず出席してください。これからインターンシップに参加を検討している1、2年生にもお奨めです。
	公務員試験対策セミナー
3-1	公務員の職種や仕事内容だけでなく、試験制度や学習方法などについても説明します。また、「資格の学校TAC」が開催する講座の紹介を行います。