

平成 23 年度第 3 回再就職支援セミナー（平成 23 年 12 月 6 日）

会社はここを見る／応募書類や面接等について

— 東京しごと財団のアンケート調査から—

講師：菊地 克幸（株式会社メディカルアソシア再就職支援事業部 担当部長）

（2級キャリアコンサルティング技能士 産業カウンセラー）

私はちょうど団塊の世代、63 歳になったところ。団塊の世代では、一つの会社にずっと勤めた人が多いのですが、私は結構転職しています。

20 代はクレジット業界のルール作る仕事等をしていました。30 歳位で外資の会社に転職し、外資系のクレジット会社の立ち上げや、ファイナンス会社の再建に携わったりしてきました。その時のボスが 3 度会社を替わったので付き合って替わりました。

ところが 50 歳になったときに、そのボスが海外出張時に体調を崩して亡くなってしまった。そこで自分の人生も大きく変わらざるを得なかった。50 歳のときに、クレジット業界から人材業界へ、再就職支援の会社に入りました。自分の転職経験を生かして、キャリアチェンジ、大きく方向を変えたわけです。働き方も、業種も、対お金の仕事から対人の仕事になりまして、13 年になります。

今日は、再就職に向けた、私の経験と 13 年間の再就職支援の経験、対企業との経験を踏まえながらお話しします。

それから、東京しごと財団が行った、50 歳以上の方を採用した企業に対するアンケートの調査結果があります。採用する際に企業は「どんなところを見ているのか？」「どんな人物がほしいのか？」「応募書類はどう見ているのか？」「面接では何を重視しているのか？」という調査です。その結果から、「企業が何をどう見ているのか」ということを中心に、再就職に向けての準備、応募書類、面接のポイントなどについてお話ししていきます。

中高年（特に 50 代 60 代）の転職は、20 代 30 代のそれとは違う動きがたくさんあることを認識する必要があります。一つには「就職活動は怠りない準備をしましょう」、そして「働く目的、働き方、これをきちんと確認する」。ここが曖昧だと苦労します。「なんとなく働きたい」という時代ではありません。そしてなにより「本気になってやらないと就職活動は難しい」と、この 3 つの準備のご提案です。

丁寧で、わかりやすかった菊地先生のセミナー



◆就職活動は怠りない準備をしましょう

1.応募の準備（書類・面接）

- ・履歴書や職務経歴書は、それを見る側の立場に立って作りましょう。
- ・面接は練習しましょう。馴れている人は、横柄にならないように気を付けましょう。

2.身体の準備

- ・目の輝きや、身体がピシッとしていることが大事。やる気を感じさせるような態度でのぞみましょう。
- ・そのためには、一日の生活のリズム（毎朝の起床時間を一定に）が大切です。

3.心の準備

- ・「今日から働こう」という気持ちが重要です。
- ・毎日の心がけが必要です。

◆働く目的、働き方、これをきちんと確認する

人間は、働いた方がいいですよ。やはり、世の中とつながっていること、働いていることが大事です。悠々自適という言葉はないと思います。お金のことではなく、何もしないと老けてしまいます。働くこと、それは頭を使うし、身体も使います。これが健康につながるのです。働くことが大事です。

問題は、その働き方です。フルタイムで働きますか？ 週3日ですか？ 1日に何時間ですか？などの働き方です。年齢や健康などにもよりますが、例えば、60歳から65歳まではフルタイム、そこから70歳までは週4日、それから辞めるまでは週3日と、身体に合わせて働き方を変えるというのがあります。当然そこには収入という絡みもあります。

それと、今までの経験を生かすのか、全く違う方向に行くのか。それから在宅での働き方もあります。働く目的も、生きがい、社会貢献などいろいろあります。介護との両立などの問題もあります。いろいろ考えなくてははいけません。こういうところをしっかりと考えないと、応募書類も書けないし、面接も上手くいかない。なんとなくでは決まりません。決まったとしても、その後の評価も得られないということになります。

経験を生かして働くのか、同業種で働くのか、違う業種で同じ仕事をするのか、業界にこだわるのか、あるいは全く違う方向に行くのか、それによって応募書類の書き方も違ってきます。また、前と同じ職種を希望する場合は、実はハードルが高くなる傾向にあります。より専門性を求められるようになってきています。その場合は経験をきちっと棚卸する必要があります。そして、経験とプラスして資格が必要になる場合もあります。

全くキャリアを変える場合は、総合的にやってきた経験を役立てることが次につながります。私の場合は、総務・人事部門に長くいたわけではありませんが職責から総務人事関連の仕事にかなり携わりました。その総合的な経験を役立てて今の仕事に就いたわけですね。私たちは多くの経験を積んできているので、それを生かさないと手はないです。これがキャリアを変えていくことに役立つのです。ご自分の総合的な経験をしっかりと見極めてください。

例えば、「主婦だったから何もない」とおっしゃる方がいますが、主婦のスキルというのは、実はいろいろあるのです。片づけや子育て、料理や掃除、躰や近所付き合いなど、男性

が会社などで培ったスキルとは違ったものをたくさん持っておられます。

有名な話ですが、JRの三浦さんという女性はアルバイトでJRのお弁当屋さんに入って、1年で売上を5倍にした人です。それで正社員になって、今や年商10億を仕切るようになっています。それはまさに料理という視点から発展していきました。それから、いろんな方とのお付き合いの中で培われてきたコミュニケーション能力、対人関係の力は、もしかして、主婦だった人のほうが男性より高いのかもしれない。

人生たくさんやってきたなかで、いろんなスキルをお持ちです。積極的にそれを生かしてみてください。総合的に経験してきたことを生かす。そのためには1回自分自身を整理してみる事が大事です。

私は生涯現役でいきたいと思っています。会社に勤めているがどうかは別として、この仕事をずっと続けたいと思っています。そのためには新たなキャリアデザインが必要です。世の中がどんどん変わっていますから、それに合うものを身に付けていかないと、続けられません。

希望する仕事によって、必要なスキルや資格があれば勉強することです。私がこの仕事を始めた13年前は、資格については何も言われませんでした。その後、資格というのが出てきました。今は資格を持っていないと、なかなか採用されないようになっています。経験だけでは難しい。勉強していかないといけない時代になっています。他の職種でも同じですね。経理なら簿記2級を取るとか、そういう時代になっています。総合力、プラス何か、これからのために勉強し資格を取ることもお考えになってください。

◆本気になってやらないと就職活動は難しい

一番大事なことは「新しい気持ちになって次にいきましょう！」ということです。前の会社のことなど、終わったことは終わったことです。

そして、本気にならなきゃ就職活動できません。なんとなくダラダラやっても、就職にはつながらない。本気になって、就職するんだ！と活動していれば、一生懸命やっていることがわかりますから、周りからの協力も得られます。そして、本気になると、いろいろやりたいものが見えてくる。なんとなく求人見ているだけでは見つからないです。ちゃんと見ていると、新聞やチラシの小さな記事も目に入ります。

◆ここが知りたい・高齢者の採用(応募書類や面接の留意点)

企業が高齢者を採用する際、何をメリットとみているか。まずは「即戦力」です。「やる気」「責任感」「信頼感」。それから「比較的低賃金」。これは年金併用などで、企業にとっては優秀な方が低賃金で雇えることがメリットです。それから「調整力」「協調性」、これらは若者にはないものです。しかし、「協調性」は我々も注意しなければならないことです。

企業が留意してほしいと考えていること(懸念すること)は、「誠実ですか(経歴や健康について正直に)」「謙虚ですか(前職の自慢話はしない)」「社会人としてのマナーはちゃんと持ちますよね(挨拶、身だしなみ、言葉づかい)」、「働く意欲はあるんですか(なんとなく働くでは通らない)」「健康ですか(働くだけの体力はあるのか)」「話を聞くこと(自分

のことばかり話さない)「応募職種を理解していますか」「会社に貢献できますか」ということです。「貢献」というのは「あなたが会社に来てプラスになることは何ですか？」です。「貢献します」という気持ちがないといけない。「お世話になります」ではないんです。これらは応募書類や面接の留意点にもなります。

企業が期待していることは、「きちんと真面目に働く」「責任感がある」、そして「臨機応変の対応」ができること。「人生経験が豊富」ですから、クレーム処理などもできるはずで、これらは若者には難しい仕事です。そういうところで「若手の育成」でも期待されます。それから、懸念点でもありますが「一般常識とマナー」です。これはチェックしておきましょう。

期待されていることを出しましょう。面接でも応募書類でも、懸念されていることは抑えて、期待されていることを前面に出すようにしましょう。

◆応募書類のポイント

応募書類は履歴書、職務経歴書、そして添え状。これは面接の機会を作るものです。企業に自分をアピールするもの、企業に見てもらうものです。注意点は2つあります。

1つは添え状です。応募書類が履歴書、または履歴書と職務経歴書となっても、添え状は用意してください。「是非面接の機会を」と伝えるのが添え状です。これは社会人としてのマナーです。その他、ハローワークなどの紹介状ですね。

もう1つの注意点は、「企業に見てもらおう」「相手が見てどう思うか」という意識があるかどうかです。

職務経歴書は、長く働いていれば何枚にもなりますが、ポイントをまとめることです。書類は見やすいこと。見やすい・読みやすいが大事。汚れたものはダメです。ですから、折って送るのではなく、折らずにクリアファイルに入れて送るようにしましょう。書類は、一度キャリアコンサルタントなどに見てもらうのが良いでしょう。後は、自分の言葉で書くことが大事です。これが面接につながります。それと、応募の職種に合わせたものにしましょう。たとえば人事と総務では志望動機、自己PRは違います。同じ書類を複数の企業に出すことはしないでください。

履歴書で企業が重視しているのは「経験職種」「健康状態」です。そして「前職の定着率」、つまり「退職の理由」です。ちゃんと退職理由を明記できるかどうかです。「免許・資格」は勉強していることも書いていいです。働く意欲を示します。ただ、基本的には仕事に使えるもの、その職種に使えるものを書くようにしましょう。志望動機は、「誠実性」を重視しています。「即戦力」や「積極性」も見ています。具体的に書きましょう。

履歴書は、企業の指定がなければ、パソコンで作られるのをお勧めします。そうすればパソコンが使えることも伝えられます。ただし、郵送の場合は、写真はちゃんとした写真を貼ってください。パソコンで取り込んだ写真はダメです。

職務経歴書は、職務の内容を明確にするものです。時系列と職務毎にまとめる方法があります。時系列は自分の経歴の整理として、一度作ってみて下さい。棚卸になります。しかし、何十枚にもなりますから、送るのは1枚ぐらいにまとめたものにして下さい。職務毎は、

キャリア式ともいいます。同じ職種で応募する場合には、こちらが効果的です。これは面接の準備として使えます。

職務経歴書は、長い文書は読んでもらえませんよ。時系列と職務毎の両方出したとしても3枚程度でしょう。解りやすいことが第一です。

※履歴書・職務経歴書・添え状の書き方の細かいことはキャリアコンサルタントにご相談ください。

◆面接のポイント

面接は、見た目、人柄です。第一印象が大事です。企業側は「人柄」を見ています。求職者は、自分を売り込むことです。遠慮してはダメですが、出しゃばってもダメです。ご自分の営業活動として慎重に取り組んでください。

第一印象で、「メラビアンの55.38.7の法則」というのがあります。視覚が55%、聴覚が38%、話の内容が7%。元気な人が来たんだと印象づけることです。嫌な感じの人だと思ったら、担当者は話は聞いません。最初からきちんとしている人だから、話の内容が入ってくる。第一印象は見た目と第一声です。面接の第一声はかなり大事です。日常の半オクターブぐらい高い方がいいですね。練習するといいですよ。

面接は、会社に入っていくときから始まっています。相手が若い人でも、きちんと挨拶をしましょう。背筋を伸ばして座る。横柄な座り方はダメです。きちんとしていれば、「元気ですね」と言われる。ご自分の態度がどう見られるかも練習したほうが良いですよ。

セールスポイントや志望動機、経歴について聞かれた時、すぐに答えられるように準備をしておく、1分で答えられるように準備して下さい。興味があれば、その後話を聞いてくれます。

面接は最初の3分が勝負です。ご自分の経歴に自信を持って受けてください。それと、面接の機会を与えてくれたことへの感謝の気持ちが大事です。事前に練習をしておきましょう。

面接のポイントは、感謝の気持ち、意欲を示す、明るい表情、暗いのは企業にイヤがられます。アイコンタクト、喋り過ぎない、少し大きめの声(半オクターブ上)で話すことです。そして「YES, BUT」が大事です。これは、「はい、でもね」です。人間は、最初から否定されると止まるんです。「いいですよ、でも」と言われた方が気持ちがいいものです。

面接で見られるのは、健康・体力、これは態度で示すことです。これが最初にお話した身体の準備です。「目が生き生きしていますか？」ってことです。気持ち・身体をきちっとしておく。それと人柄・誠実性です。やる気については、「来ていただけますか」と言われたら、「是非やらせてください」の一言です。以心伝心はないと思ってください。言葉づかいは横柄にならないように。企業はこういうことを気にしています。これらが終わったところで経験内容の話になります。

面接の練習は必要ですが、あまりやり過ぎて、ストーリーを作り過ぎるのもいけません。ポイントを覚えておくことが大事です。文章で覚えるのは良くありません。そして、面接会場には早めに行くようにしましょう。

◆KKの転職の「か・き・く・け・こ」

最後に、私がいつも皆さんにお話している、私の経験による就職活動の心がけをお伝えして終わりにします。

か・・・過去にこだわらない

き・・・希望を持つ

く・・・くじけない

け・・・健康に気をつける

こ・・・行動に移す