

2026年度保護者懇談会

本学のキャリア支援の
取組みについて

キャリア支援部長 加納 輝尚

キャリア支援センター長 木村 葉子

昭和女子大学のキャリア支援の特徴

- 本学には「アドミッションポリシー(入学者受入れ方針)」「カリキュラムポリシー(教育課程編成方針)」「ディプロマポリシー(学位授与方針)」のほかに「**キャリアデザインポリシー(社会的・職業的自立に関する方針)**」があります。
- グローバルな視野、ゆたかな教養、職業上の倫理観を身につけ、自立した人間として社会に羽ばたけるように、そして、生涯にわたる自分の生き方を設計する「**キャリアデザイン力**」を身につけられるように、**キャリア支援部・キャリア支援センター**が心をひとつにして、きめ細かくサポートしています。





キャリア支援

キャリアデザイン力の獲得から具体的な 進路選択に到るまで段階的にサポート



キャリア教育



社会人メンター



就職活動支援

キャリア支援の「3本柱」

1本目の柱
キャリア教育



1年次(必修)
キャリアデザイン入門



2年次~
女性の生き方と社会
女性とキャリア形成



3年次~
企業と社会のルール
(労働法)

2本目の柱 社会人メンター 制度



社会人メンター制度

登録者数
約350名！

業界・職種
多種多様！

OG割合
25%

社会人女性のリアルな体験談から
生き方、働き方のヒントが得られる

中長期的な視野でキャリアを
考える必要性に気づく

成長やチャレンジへの共感や支持
が得られ、自己肯定感が高まる

【参考】社会人メンター制度を利用した学生の声をご紹介します

こんなにたくさんの情報を下さり、経験豊富な方々から直に体験を聞く機会はないと思います！
できるだけ早くからこのような機会に触れていくと、すごく良いと思います！

具体的な将来の目標がなくても、モチベーションに繋がったり、自分が今やるべきことが見えてきたりする！

経験談や就職活動について、親身になってお話ししてください。まだ、何になりたいか迷っている方にもおすすめです。

ネットで調べるよりも自分の聞きたいことがピンポイントで聞けます！

仕事についてだけでなく仕事との向き合い方や精神面の保ち方など、生きていく上で大切なことも教えていただくことができたので、自分の将来を真剣に考える良い機会となりました。



3本目の柱

就職活動支援 プログラム

備えあれば
憂いなし



2年生：学生生活の充実に向けて

2年生

2026年度 2年生必須

就活スタートアップ講座①



～キャリアを拓く学生生活を歩むために～



2年生のうちに何をすべき？考えておくことは？どう過ごしたらいい？・・・そんな疑問を解決するプログラムです。

就活のスケジュールや2年生向け就活支援プログラムを知り、3年生から始まる就活に向け準備すべきことを理解し、円滑な就活スタートを目指しましょう！

動画公開期間：4/1(水)～4/19(日)

※動画の視聴日程は学科により異なりますので、各学科が指定する日に受講してください。

2年生 就活スタートアップ講座②③

2026年度 2年生対象

就職活動に向けて2年生で行うべき事、取り組める事ができるプログラムについてを知ることにより、「学生時代の学び」と「社会に出てからの働く」を繋ぐことができるシリーズ講座です。

ワークを通して自身の経験の振り返り、これからの目標設定を行います！

【日時】 ②4月20日(月) 18:10～19:40

③5月25日(月) 18:10～19:40

【場所】 グリーンホール

【対象】 2年生 (29年卒)

【申込】 Google Formから申込

【講師】 Indeed Japan株式会社所属講師 (リクナビ)



2026年度を受講者を募集します。

2026年度 2年生対象

2年生就活 ステップアップゼミ



前期6月開講

5月1日申し込み締切

将来のキャリア選択の可能性を広げ、働くイメージをより明確にして3年生からの就活に備えるための講座です。

受講者は後期「大手・人気企業チャレンジ講座」の選考時に加点による優遇あり。

講座概要

- ・ 対象 : 29卒 (2年生)
- ・ 期間 : 6月1日(月)～7月10日(金)、10月15日(木)

第④回目は10月5日(月)に開催

3年生：就職活動の準備が本格化

- 「求人ナビ」に進路希望を登録
(先輩の就活体験記が読める。おススメ求人が届く。)
- 4月から6月にかけての**集中的な6回の「基本講座」**の受講で最新動向とインターンシップ対策、就活全体のコアとなるノウハウ等を習得。
- 「SPI能力検査」(15,000超の企業で採用)など適性検査対策。
これを通過しないと次のステップに進めない。
《参考》中堅合格圏45.6～53.5 大手合格圏53.6～61.5
大学での模試は年間2回、4月と10月。対策講座で得点UP可能
- 「自己分析」「履歴書・エントリーシート対策」「面接対策」「企業研究対策」をはじめ就職活動準備／支援講座に参加
- インターンシップへの応募と参加
- 企業説明会等への参加

やることいっぱい
で焦る…就活がう
まくいくか不安



2026年度 就活支援講座 3年生必須

3年生の今

基本講座⑥



開催：6月5日(金)・8日(月)

※両日とも同じ内容。どちらかの日程を選んで必ず参加すること。

筆記試験対策

～SPI & Web テストの全貌を知る～

採用選考の初期段階で実施される筆記試験。人気企業で利用率が高いSPIの概要と対策・学習方法について説明する・併せて、近年、利用企業が急増している玉手箱やその他のWebテストについても概要を説明する。

時間：18:10～19:40 (90分)

場所：グリーンホール

講師：永島 文洋 氏

対面実施

開催日程

①	4/1(水)～10(金)	「就活の進め方」～見通しを持って行動を開始しよう～
②	4/15(水)16(木)17(金)	「就活のための自己分析」～自分と社会の接点を見つけるために～
③	4/22(水)23(木)24(金)	「企業研究対策」～業界・業種・職種とその調べ方～
④	5/14(木)15(金)	「履歴書・エントリーシート対策」～自己PR・ガクチカから志望動機まで
⑤	5/21(木)22(金)	「面接・グループディスカッション対策」～インターンシップ・採用選考の要点を知る
⑥	6/5(金)8(月)	「筆記試験対策」～SPI & Web テストの全貌を知る～
⑦	10/7(水)9(金)	「納得内定のための後期の過ごし方」～10月から内定までの道のり～





焦り
不安

学生相談室、アクセシビリティ支援推進室とも連携しています

そんな時ほど
キャリア支援部委員や
センター職員のところ
に来てください！
講座もどんどん活用し
てください



忙しくて参加しそびれた、見逃してしまった講座の資料はキャリア支援センターにあります。

多くの講座はアーカイブされていますので、夏休みなど時間に余裕のある時に録画を見てキャッチアップすることも可能です。

One Team !



共に手を携えて
自立と挑戦を見守り、
応援していきましょう！



就活状況のいま

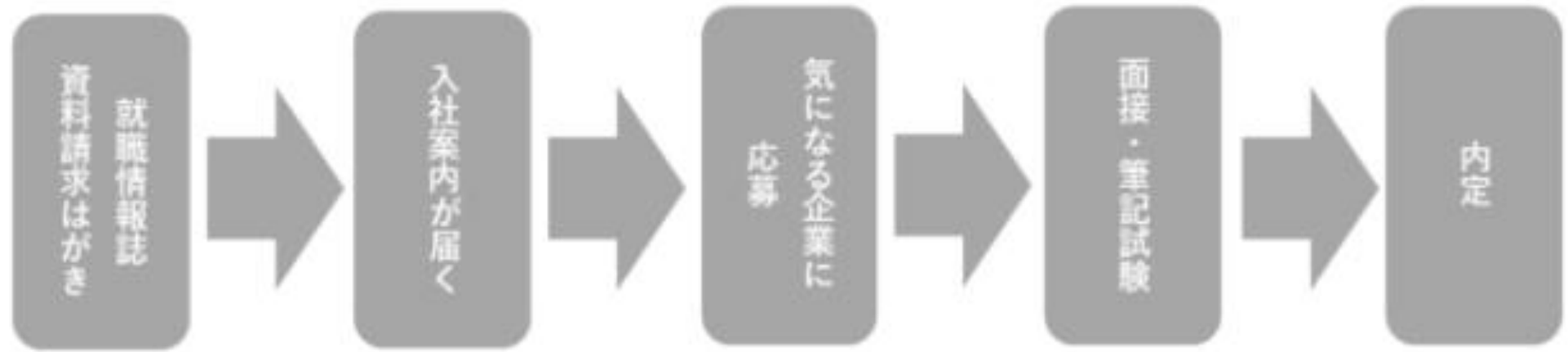
昭和女子大学キャリア支援センター
センター長 木村葉子

就活のいま、昔

	保護者世代	子ども世代
情報源	● 就職情報誌	● 就職情報サイト
応募方法	● 資料請求ハガキ、電話	● WEB エントリー
選考方法	● 履歴書、面接	● 筆記試験、エントリーシート 集団討論、集団面接、個人面接
準備	● 特になし	● 自己分析、インターンシップ 筆記試験対策、業界研究など

多様化するプロセス

昔



今



新卒採用システムの強みと注意点

採用システム	最大の強み	主な特徴	弱み・注意点
① ナビサイト	選択肢の多さ	<ul style="list-style-type: none">・自分で検索・応募する・大企業のスケジュールが明確・就活の基本ノウハウが満載	<ul style="list-style-type: none">・応募が殺到し競争率が極めて高い
② スカウト	優遇ルート	<ul style="list-style-type: none">・プロフィールでオファー・一次面接免除などの特典あり・知らない優良企業に出会える	<ul style="list-style-type: none">・文章をしっかりと書かないとスカウトが全く来ない・興味のない企業からの大量送信メールに埋もれる
③ エージェント	プロの伴走支援	<ul style="list-style-type: none">・ES、面接対策が無料・ネットにない非公開求人を紹介・不採用の理由がフィードバック	<ul style="list-style-type: none">・サポートの質にバラつきがある・実績作りのために希望外の企業を強引に進められるリスク
④ リファラル	ミスマッチゼロ	<ul style="list-style-type: none">・社員やSNSの紹介で選考へ・社風やリアルな内情が事前にわかる・推薦枠のため内定率が極めて高い	<ul style="list-style-type: none">・辞退や早期退職がしにくい・社会人との人脈がないとそもそもシステムを活用できない
⑤ インターン	人柄・実力勝負	<ul style="list-style-type: none">・実際の業務やワークで評価・学歴や書類選考を覆せる・働くイメージが湧きやすい	拘束時間が長く学業と両立困難

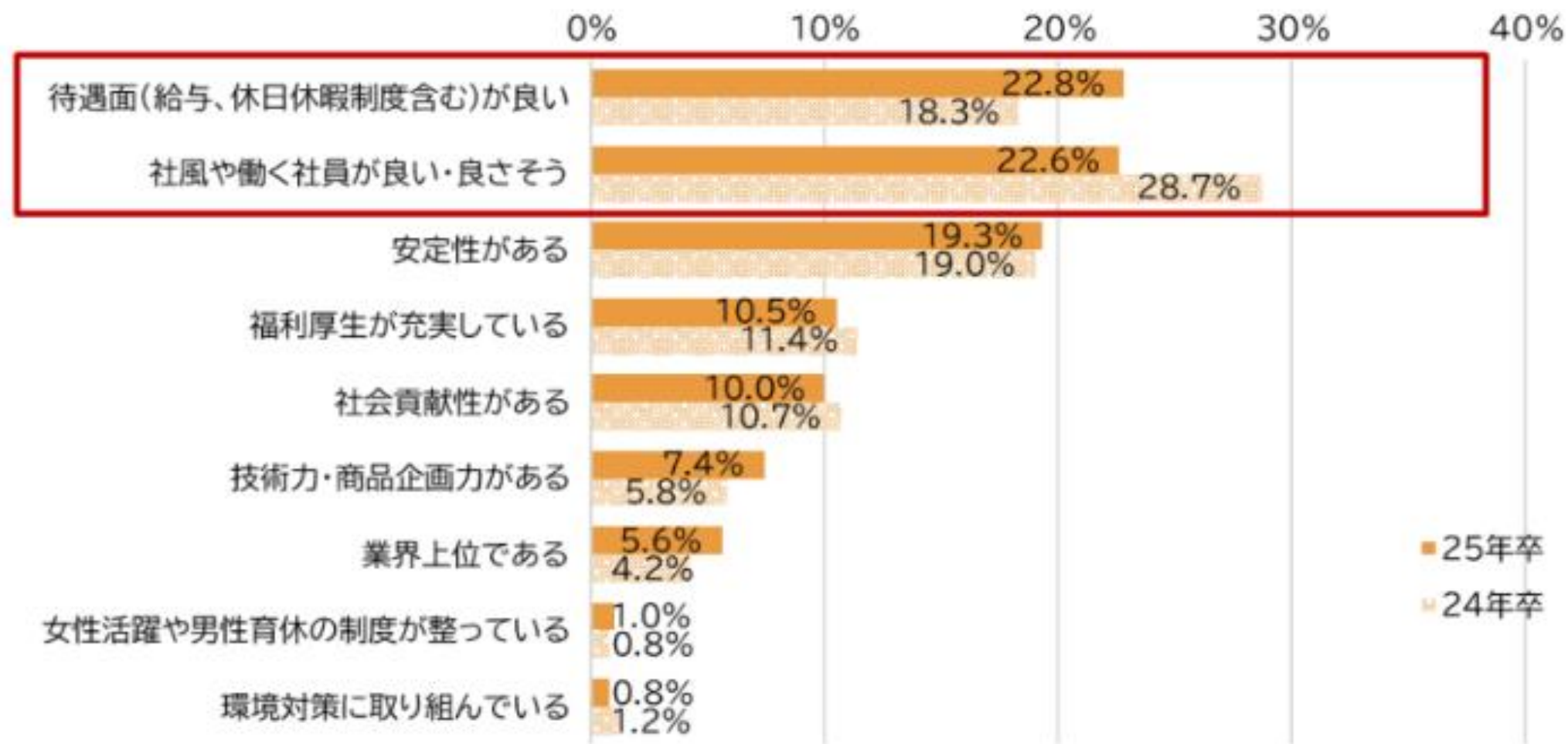
適性検査の種類、特徴、導入企業

適性検査	主な特徴	主な導入企業タイプ
SPI	言語・非言語・性格を網羅。本学でも対策講座を実施	8割以上の企業で実施されているという、日本で一番使われている王道のテスト
玉手箱	言語・計数・英語の各分野で構成制限時間が非常に短いスピード勝負	金融やコンサル
TG-WEB	パズル要素が強く、複雑な図形問題や論理的思考を問う。難易度が非常に高い	外資や高倍率企業
GAB / CAB	長文読解や複雑な計算問題や職種特化型。CABはSE適性を測る	総合職向け/商社・IT
TAL	図形配置などでストレス耐性や、コミュニケーション能力を測定を測る	金融機関・IT企業
GPS	批判的思考力・協働的思考力・創造的思考力を測定	教育系、インフラなど
CUBIC	基礎能力検査と性格検査の2セクションで構成	中小企業・ベンチャー企業

選考方法の今、昔

選考方式	昔（アナログ期）	今（デジタル・AI期）
全体の流れ	履歴書 → 集団面接 → 個人面接	動画・AI面接 → Web面接 → 対面（最終）
面接の場所	企業のオフィス（現地へ移動）	自宅・学校の空き部屋 など（オンライン）
AI面接	なし(すべて人間が対面評価)	アプリ受検／ AIが表情・音声を自動解析
動画選考	書類（エントリーシート）のみ	文章 + 30秒～1分の自撮り動画提出
Web面接	なし(遠方でも対面必須)	Zoom・Teams によるリアルタイム面接
評価の基準	面接官の主観、相性、マナー	データによる公平性 + 最後は人間力

就職先として企業を選ぶ際のポイント(最も当てはまると思うものを1つ)



子供に働いてほしい企業

【参考】2024年卒マイナビ日経 大学生就職企業人気ランキング

ランク	企業名	得票 P
1	公務員	128
2	トヨタ自動車	46
3	伊藤忠商事	17
4	ソニー	15
5	NTT (日本電信電話)	13
6	三菱商事	12
7	任天堂	9
8	グーグル	8
9	全日本空輸	7
10	アマゾン	5
	キヤノン	
	パナソニック	
	味の素	

ランク	文系	理系
1	ニトリ	ソニーグループ
2	東京海上日動火災保険	味の素
3	JTBグループ	三菱重工業
4	ファーストリテイリング (ユニクロ・ジーユー・プラス テ・セオリー)	S k y
5	伊藤忠商事	NTTデータ
6	三菱UFJ銀行	セガ
7	味の素	カゴメ
8	日本生命保険	富士通
9	ソニーミュージックグループ	トヨタ自動車
10	Plan・Do・See	アイリスオーヤマ

マイナビキャリアリサーチLab

「[2023年度 就職活動に対する保護者の意識調査](#)」

「[【マイナビ・日経】2024年卒大学生就職企業人気ランキング](#)」

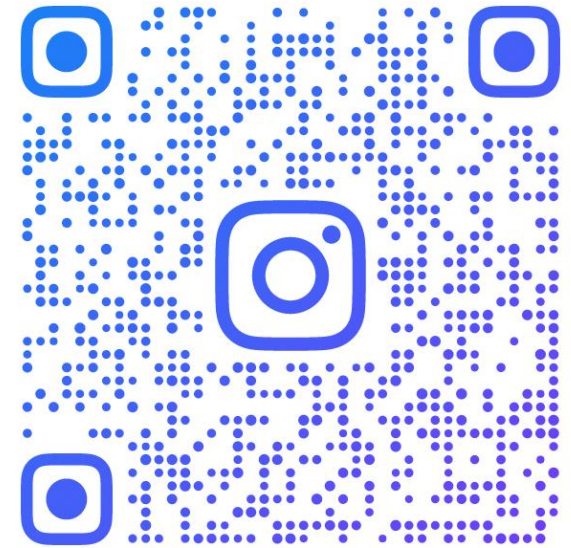
就活の保護者の関わり

サポートしたこと	割合 (n=1,186)	サポートできなかったこと	割合 (n=1,186)
社会人としてのアドバイス	26.3%	添削や面接などの選考の練習	26.3%
金銭面のサポート	20.7%	就職活動に関する情報収集・提供	12.7%
精神面のサポート	17.6%	自己分析を一緒に行う	10.2%
就職活動に関する情報収集・提供	13.4%	精神面のサポート	8.9%
自己分析を一緒に行う	5.9%	社会人としてのアドバイス	8.8%
添削や面接などの選考の練習	5.1%	金銭面のサポート	5.0%
その他	0.7%	その他	2.4%
サポート（働きかけ）はしていない	48.8%	サポート（働きかけ）はしていない	56.6%

キャリア支援センターの インスタ始めます!!

環境デザイン学科の学生が、研究室のプロジェクトの一環として、キャリア支援センターが実施している講座やイベントなどをインスタにアップするために、鋭意準備中です。

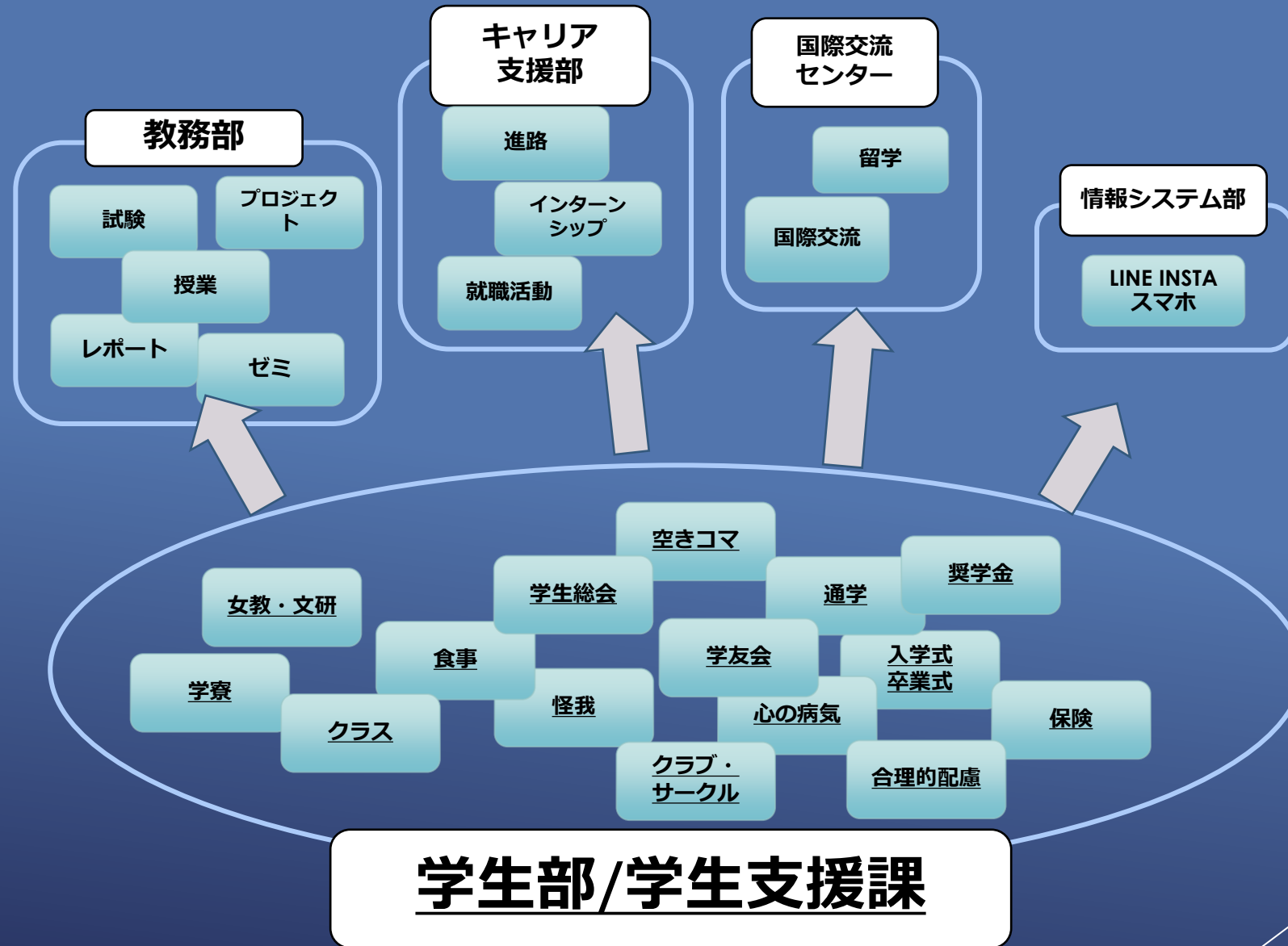
秋にも本格スタート。
準備に奮闘する様子はこちらから!



@SWUOFFICIAL_CAREERCENTER

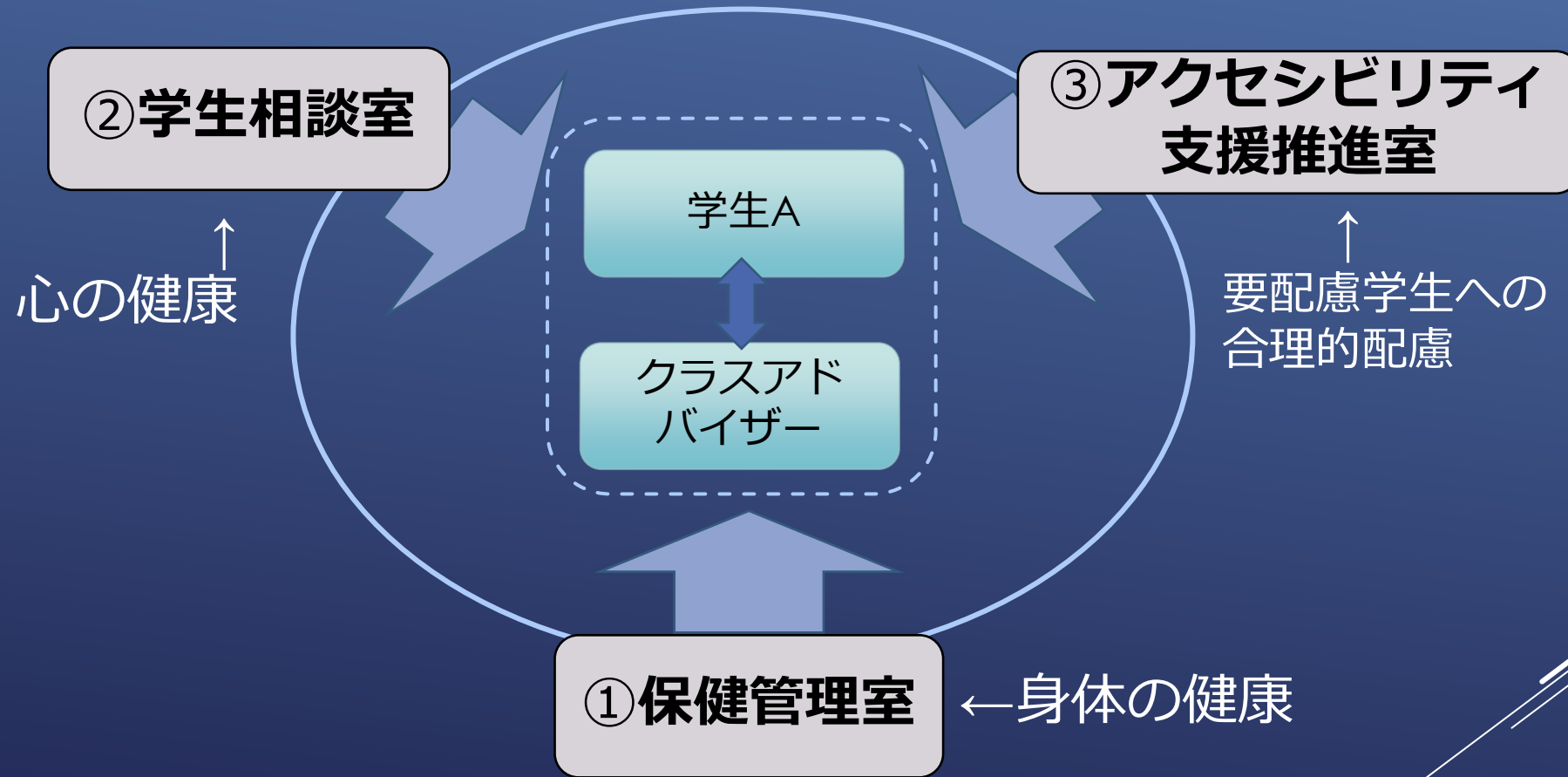
学生支援について

学生部長 中村徳子



学生部/学生支援課は、学生生活全般をサポートしています

学生の支援体制：学生部支援課3室



「進路指導教諭が評価する大学」2025年調査

以下5項目で全国の女子大学で1位を獲得

「入学後、生徒を伸ばしてくれる大学」

「改革力が高い大学」

「グローバル教育に力を入れている大学」

「就職に力を入れている大学」

「面倒見が良い大学」

(大学通信が全国3000の進学校の進路指導教諭を対象に行った調査)

学生部/支援課と本学の方針

学生の自立と自律のための支援/助言

- ・女子大学から女性大学へ
- ・良妻賢母から女性リーダーへ
- ・学生指導から学生支援へ



自立と自律

自分で考え判断して、自分で行動する学生

UP SHOWA(保護者ポータル)について



- ◆保護者ポータル機能
 - ・ 学生時間割確認
 - ・ 出席状況や成績の照会
 - ・ 緊急連絡を含むメール連絡

2年次の保護者様につきましては、次年度以降の保護者懇談会のご案内は【保護者ポータル】を通して メール連絡にて行います。



UP SHOWA(保護者ポータル)詳細は、QRコードより本学HPにてご確認ください。

HP上での該当ページ

HPトップ> 保護者の方> UP SHOWA(保護者ポータル)

CAFE3



ご清聴ありがとうございました。

A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted diagonally from the bottom-left towards the top-right, located in the lower right quadrant of the slide.