

Bコース就活基礎講座11月16日pm

# 面接ロールプレイング



担当キャリアコンサルタント  
中藤 美智子・佐久間 宏子

## 講座の目的

○ 面接練習をして、フィードバックを得たり、仲間の良いところを見て、自分一人では気づけないヒントをたくさん得ていきましょう！

○ 面接官役を体験することで、どのような話や姿勢が好印象につながるのかなど、企業視点で考えてみましょう！

講座は、安心・安全の場です！

うまくいかななくても大丈夫

トライしてみたことが、大きな収穫につながります！

みんなでLet's try！



# 面接の場の理解

面接は「**自分のことや良さを伝える**」場



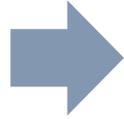
企業側は、**今回の求人要件にマッチしているか**  
質問を通して、**あなたのことを知ろうとします**



謙虚さは必要ですが、謙遜は不要  
**積極的にアピール**していきましょう！

# あいさつ・第一印象のポイント

短時間で印象が決まる



印象管理をしましょう！！

非言語情報も意識しましょう！

身だしなみ

清潔感、TPO

視線

アイコンタクト

表情

笑顔で

声

大きな声、ハキハキと

身振り・手振り

時にはジェスチャーを

姿勢

背筋を伸ばす・正対する

# 身だしなみチェックリスト

項目	ポイント	○×
全体	服装・髪型・化粧等の全体のバランスがとれ、ビジネスシーンにふさわしい	
髪	お辞儀をした時、顔が隠れない	
	不自然な色に染めていない	
	ヘアアクセサリが華美でない	
	肩にフケや髪の毛がついていない	
顔	派手すぎず、自然で健康的なメイク	
服装	スーツ(または、ジャケット or カーディガン+パンツ or スカート)	
	黒、紺、茶、グレーなど落ち着いた色のスーツ	
	シャツやブラウス(カットソー)は、白や薄い色で清潔感がある	
	汚れ、シミ、しわ、ほつれなどが無い	
	肩や胸の開きすぎた服ではない	
	スカートの丈が適切である	

項目	ポイント	○×
時計 装飾	時計はシンプルなデザインなもの	
	華美なアクセサリをしていない	
手元	爪は清潔にしてある(伸びた爪や汚れた爪は NG)	
	派手なマニキュアやネイルアートなどをしていない	
靴	きちんと磨かれ汚れがない	
	カジュアルシューズ、サンダル、高いヒールなど、ビジネスにふさわしくない靴ではない	
	かかとがすり減っていない	
靴下 など	ベーシックな色	
	伝線(ストッキングやタイツの場合)や穴などが無い	
	素足ではない	
鞆	黒、紺、茶、グレーなど落ち着いた色の鞆	
	足元に置いて、倒れない鞆だとベター	

# 笑顔・笑声をつくってみよう！

口角エクササイズ



ラッキー

ミッキー

ウィッキー

発声エクササイズ



聡明さ  
信頼感

社交性  
やる気

低

声のトーン

高

ド レ ミ

ファ ソ

商談(説得)  
クレーム対応

挨拶  
電話対応

# 面接でよく聞かれること・流れ(再掲)

あいさつ  
自己紹介



経歴の確認



転職理由



志望動機



質疑応答

2分程度で、これまでの略歴とアピールポイントを伝えましょう。

応募先企業との共通項を意識し、具体的な業務内容、工夫したことや成果を伝えていきましょう。成功体験や大変だったことを聞かれることが多いです。具体的なエピソードを用意しておきましょう。

ネガティブなことはあえて伝える必要はなく、プラスの言葉に変えて、前向きさを伝えていきましょう！

応募先企業の仕事内容の魅力、なぜそう思うのか、できること、やりたいこと、貢献できることを伝えていきましょう。

質問は「意欲」を伝えるチャンスの場合もあります。企業や仕事を調べた上で、当事者意識(=入社して仕事をする)を持って、不明点を確認していきましょう。

# 冒頭でよく聞かれる質問への回答のヒント

## 自己紹介をお願いします

面接の最初に聞かれることが多いです。自分の経歴や、そこからなぜこの企業を志望したのか(自分の思い)について、わかりやすく簡潔に表現できると良いでしょう。

## これまでの職務経験・経歴をお聞かせください

応募書類の「職歴要約」の内容を口頭で話すイメージが良いと思います。どのような職務をどのくらいの期間経験してきたか時系列で説明できると良いでしょう。応募書類に書いた要約と内容がだいぶ異なってしまうと、一貫性がなくなり採用担当者に疑問を抱かせることもあったりします。

## これまでの業務のなかでもっとも力を入れてきたことは何ですか？

「仕事への取り組み姿勢」や「自分なりの仕事の工夫」などを見て、主体的に動けるかどうか確認しています。

具体的な場面が浮かぶようなエピソードとあわせて話すことができると、より「その人らしさ」が見えて、面接官に印象づけることができます。

大きなことでなくても良いので、自分なりに意識していたこと、工夫したことを整理して伝えていきましょう。

# 面接官の質問例

## 自己紹介・自己PRについて

- ・まずは自己紹介をお願いします(これまでの職務経歴をお聞かせください)
- ・これまでの業務のなかでもっとも力を入れてきたことは何ですか？
- ・これまでの業務のなかで大変だったことはなんですか？どのように乗り越えましたか？
- ・長所や強みは何ですか？
- ・あなたの短所と短所を補うために取り組んでいることはありますか？

## 転職・退職理由について

- ・前回の転職理由をお聞かせください
- ・なぜ、正社員になろうと考えたのですか？
- ・今回の転職で叶えたいことは、どのようなことですか？

## 志望動機・スキル・キャリアプランについて

- ・当社を志望した理由は何ですか？
- ・入社後、どのような業務に取り組みたいですか？
- ・当社で活かせるスキルにはどのようなものがありますか？
- ・当社に入社したあとのキャリアプランについてはどうお考えでしょうか？

# 面接官チェックポイント

( )さん

チェック項目		チェックポイント	良かった点 こうしたらもっと良くなる点
第一印象	視線	相手の目を見て受け答えできているか	
	表情	表情は柔らかく、緊張でこわばっていないか	
	姿勢	背筋を伸ばしているか	
	声の大きさ 速度	明るくハキハキと聞き取りやすいテンポかどうか	
	言葉づかい	その場に合わせた言葉遣いができているか(敬語など)	
話の内容	経歴	経歴が端的でわかりやすいか	
	アピール	良さ、強みを話せているか	

# 面接にトライ！1回目

進め方

計10分

- ・2人組になります
- ・応募者役・面接官役の順番を決めます

## ①面接練習(6分程度)

- ・面接官「本日は面接にお越しいただきありがとうございます。まずは自己紹介をお願いします」などと切り出す。
- ・応募者：「本日はお時間をいただきありがとうございます。〇〇 〇〇と申します」と自己紹介を始める。
- ・その後、面接官から質問をして、応募者は回答していく

## ②振り返り(4分程度)

- ・面接官：「良かった点」「こうしたらもっと良くなる点」をフィードバックする
- ・応募者：うまくいった点、もう少しこうすれば良かったと思うことを伝える

※面接練習6分より早く終わったら、振り返りをしてもう一度練習するなどOKです！

# 面接にトライ！2回目

進め方

計10分

- ・2人組になります
- ・応募者役・面接官役の順番を決めます

## ①面接練習(6分程度)

- ・面接官「本日は面接にお越しいただきありがとうございます。まずは自己紹介をお願いします」などと切り出す。
- ・応募者：「本日はお時間をいただきありがとうございます。〇〇 〇〇と申します」と自己紹介を始める。
- ・その後、面接官から質問をして、応募者は回答していく

## ②振り返り(4分程度)

- ・面接官：「良かった点」「こうしたらもっと良くなる点」をフィードバックする
- ・応募者：うまくいった点、もう少しこうすれば良かったと思うことを伝える

※面接練習6分より早く終わったら、振り返りをしてもう一度練習するなどOKです！

# 【資料編】 自己紹介の構成とポイント

応募職種：営業事務

サンプル

長くても2分以内におさめ、自分と企業の共通項を伝えるように意識してみましょう。

本日のお礼

本日はお時間をいただき、ありがとうございます。

フルネーム

田中 花子と申します。

経歴

これまでメーカーや商社などで営業事務を13年、カスタマーサポートやコールセンターで顧客対応を7年、IT会社のOA事務として5年勤務し、顧客対応から営業事務、OA作業全般の経験があります。

自分の強みと共通項

私は、営業チームの一員として自分にできる貢献は何かを考え、お客様への対応力を磨き、また課の雰囲気をも良くする存在として、部門の売上アップに貢献してきました。

締め言葉

この強みを御社で活かし、営業部門において、なくてはならない存在として活躍していきたいと思っております。本日はどうぞよろしくお願いいたします。

# 【資料編】 質問をする際のポイント

## NG例

質問がない

給与や福利厚生についての質問だけする

調べればわかることを質問している

なぜその質問をしているのか不明

## 良い例

質問は「意欲」を伝える場。企業研究、仕事研究をした上で、当事者意識(=入社して仕事をする)を持って、不明点を確認していく。

最終的には勤務条件の確認も必要だが、それよりは、事業や仕事内容についての質問をすること。

企業のWebサイトを見ればわかることをただ質問しているだけではマイナスイメージになる。調べたことに対し、事前に仮説を立て、そのすり合わせをする質問にすること。

質問の意図をや自分なりの仮説を伝える。ただ長すぎたり、持論を展開しすぎると評論にも聞こえマイナスイメージとなる。

## 【資料編】 逆質問例

「より仕事のイメージをつかみたく、1日の仕事の流れを教えてくださいませんか？」

「御社で仕事をするうえでもっとも重要なスキルは何ですか？」

「入社までに勉強しておくべきこと、身に付けておくべきスキルはありますか？（自分なりに把握したことをふまえ）」

「御社の強みは〇〇だという印象を持っていますが、自社の強みはどこにあると考えていらっしゃるでしょうか？」

「どのような方が中途採用で活躍されていますか？」

「将来的には〇〇の職種につきたいと考えていますが、チャンスを得ることはできるのでしょうか？」

「配属先の方とお話をさせてもらうことはできますか？」

「チームワークの良い環境で働きたいと考えています。職場の雰囲気を知りたいです。教えてくださいませんか？」

### 質問に対する回答を受けて

「ありがとうございます。〇〇については以前に少し経験があるため、もう少し掘り下げて勉強してみます」

「風通しのよい職場とお聞きし、とても安心しています。

活発な意見交換ができればと以前から考えていたため、今のお話を聞いてより入社したいという気持ちが強くなりました」

# 【資料編】 Web面接のポイント

## 環境を整える

- ・静かな環境である
  - ・インターネット回線の接続が良好である
  - ・指定されたWeb会議システムにログインできる
- ※アプリのダウンロードが必要な場合もあるので事前に準備しておく。当日は早めにアクセスして、不都合があれば電話連絡などして確認をする。
- ・ビデオ(画像)、オーディオ(音声)など、不具合がない ※事前にテストしておくが良い
  - ・背景に余計なものが映り込んでいない

## 身だしなみを整える

- ・オンラインでは画面で映るところしか見られないので逆に映っているところは細かく見られる。服装や髪の毛の乱れなど、事前にしっかり映りをチェックする

## 反応の仕方

- ・リアクションは対面よりも大きめにする
- ・表情も明るく、声のトーンも少しあげ、はきはき話す
- ・質問されたら必ず「はい」と言ってから話し始め、終わったなら「以上です」で締めくくる

# 【資料編】 企業研究・仕事研究の情報源

事業内容  
企業ビジョンの理解

企業HP「会社情報」  
「社長メッセージ」「会社概要」「事業内容」

仕事内容  
会社の雰囲気理解

企業HP「採用情報」  
「先輩社員メッセージ」「仕事紹介」

制度・福利厚生理解

企業HP「採用情報」  
「教育体制」「福利厚生」

Webサイトから  
会社の良いところ探しをして  
みよう！自分との共通点  
を見つけてみよう！

「採用情報」は新卒採用が  
あればチェック！より充実  
した内容となっている

# 今後に向けて：面接が通過しなかった時に

自分の伝え方が  
良くなかったのかな

スキルが足りないの  
かなあ



自分以外にも理由があります

応募倍率が  
相当高い

年齢構成を  
考慮すると  
異なる

経験を活かし  
てもらいづら  
いかも

社内の状況  
が変わった

自分が・・・と思わず、新たな企業との出会いに意識を向けましょう！

## 次回講座までのホームワーク

面接練習を振り返り、フィードバックをふまえ  
「自己PR」と「志望動機」のブラッシュアップを  
してきましょう