

民間企業 & 公務員 就活に役立つ！適職発見セミナー



セミナー内でワークを行います。
「メモ用紙（B5サイズの紙2～3枚）」
「筆記用具」をご準備ください。

2023年9月13日（水）
19：00～21：00
@Zoom（オンライン）

ご参加にあたってのお願い

- セミナーの様子、講師の写真や動画を撮影したり、それをInstagram、X(Twitter)、Facebook等、SNS各種にアップすることは禁止です。肖像権侵害により法的責任を問われますのでご注意ください。
- セミナー内でワークを行います。その際、「メモ用紙」「筆記用具」をご準備ください。
- 終了後は、アンケートにご協力ください。

※アンケートにご協力いただいた方に、本セミナーの資料(PDFファイル)を贈呈いたします！

本日のセミナー内容

1. 自己分析ってなんだろう？
2. 職業興味検査に挑戦！
3. 「好きなこと」を見つける6つの質問
4. 適職の見つけ方
5. アンケート



担当講師：大川 紗衣子

TAC株式会社 スクール第二事業部 西日本統括部所属。
アルバイトスタッフの採用・育成・評価・研修を実施するほか、
公務員講座の人物試験対策にて自己分析・面接の指導を行う。
人の強みと魅力を引き出すことが得意。
国家資格キャリアコンサルタント。日本キャリア開発協会CDA。

1. 自己分析ってなんだろう？

	興味	能力	価値観
就活生の 視点	「何をやりたいのか」 気になる・関心のある 業界や職種の選択	「何ができるのか」 ビジネスにおける強み	「何のためなら頑張れるのか」 自分らしさ 自分軸 ありたい自分 考え 信念
面接官の 視点	事業・活動内容を理解し、 関心や意欲を 持っているか？	組織の活動内容や職種に 合うポテンシャルを 持っているか？	人柄、考え方、 仕事への向き合い方、 倫理観などが合うか？

2. 職業興味検査に挑戦！

職業興味検査の進め方①

メモ用紙に右記の表を作成してください。
番号の並び・順番を必ず守ってください。

1	7	13	19	25	31	37
2	8	14	20	26	32	38
3	9	15	21	27	33	39
4	10	16	22	28	34	40
5	11	17	23	29	35	41
6	12	18	24	30	36	42

2. 職業興味検査に挑戦！

1. 工事現場で、ブルドーザーや
クレーンを運転する

職業興味検査の進め方②

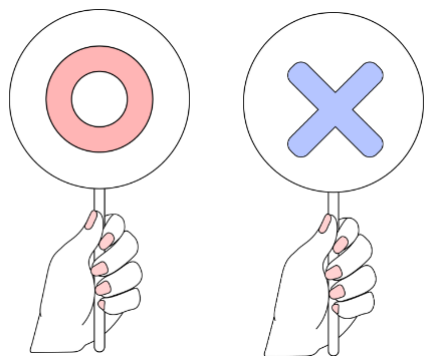
これから、番号ごとに
「ある仕事の作業内容」について案内します。

少しでも興味を持てたり、やってみたいと
思ったら「○」を、全く興味を持てなかったり、
やりたくないと思ったら「×」を、
どちらとも決められない場合には「△」を、
番号に重ねるように記入してください。

①	7	13	19	25	31	37
×	8	14	20	26	32	38
△3	9	15	21	27	33	39
4	10	16	22	28	34	40
5	11	17	23	29	35	41
6	12	18	24	30	36	42

2. 職業興味検査に挑戦！

ポイント



答える時に、仕事についてのあなたの実際の就職の可能性やその仕事の労働条件（賃金、働く場所など）を考える必要はありません。

その作業をやってみたいかどうか、直感的に思ったまま回答しましょう。

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
1	工事現場で、ブルドーザーやクレーンを運転する	○	×	△
2	大学や研究所で、科学の研究をする	○	×	△
3	雑誌やパンフレットなどにイラストをかく	○	×	△
4	患者の体温や血圧を測ったり、入院患者の世話をする	○	×	△
5	社長として、会社の経営の仕事にあたる	○	×	△
6	文字や数字を、書類に正確に記入する	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
7	自動車のエンジンやブレーキを調べて、修理する	○	×	△
8	新しい薬を開発する	○	×	△
9	テレビドラマや映画のシナリオを書く	○	×	△
10	家庭を訪問して、お年寄りや体の不自由な人の世話をする	○	×	△
11	店長として、商品の仕入れや販売方法を工夫し、 売上を伸ばす	○	×	△
12	帳簿や伝票に書かれた金額の計算をする	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
13	木材を加工し、組み立てて、家を建てる	○	×	△
14	新しい理論を考えて、調査や実験でそれを確かめる	○	×	△
15	洋服やアクセサリーのデザインをする	○	×	△
16	保育園で乳幼児の世話をしたり、いっしょに遊んだりする	○	×	△
17	自分の店を経営する	○	×	△
18	文字や数字を、コンピュータに入力する	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
19	部品を組み立てて機械を作る	○	×	△
20	環境をよくするために大気や水の汚れを測定し、分析する	○	×	△
21	人物や風景、物の写真を取り、雑誌やポスターに発表する	○	×	△
22	悩みをもつ子どもやその家族からの相談にのり、援助する	○	×	△
23	流行しそうな商品を仕入れ、売り出しの方法を考える	○	×	△
24	従業員の毎月の給料を計算する	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
25	飛行機が安全に飛べるように、点検や整備をする	○	×	△
26	農業試験場で、農作物の品種改良の研究をする	○	×	△
27	家具や照明など、部屋のインテリアのデザインをする	○	×	△
28	ホテルで、宿泊客の受付や、案内などのサービスをする	○	×	△
29	客を集めるため、広告や催し物などを企画する	○	×	△
30	会社で書類のコピーをとったり、電話の取次ぎをする	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
31	船に乗って、魚や貝などの漁をする	○	×	△
32	博物館などで、歴史・民俗などの資料を集め、研究する	○	×	△
33	曲を作ったり、編曲したりする	○	×	△
34	飛行機の中で、乗客にサービスをする	○	×	△
35	テレビやラジオの番組を企画し、番組づくりを取り仕切る	○	×	△
36	依頼に来た客に代わって、役所へ出す書類を作成する	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号	検査項目	やりたい	やりたくない	どちらとも いえない
37	火事の現場に駆け付け、逃げ遅れた人を助けたり、消火活動を行う	○	×	△
38	古い地層から化石や骨を集め、恐竜や昔の生き物の生活を調べる	○	×	△
39	インターネットのホームページのデザインをする	○	×	△
40	ツアー旅行に同行し、宿や観光の手配など参加者の世話を する	○	×	△
41	ニュースを読んだり、テレビやラジオの番組の司会をする	○	×	△
42	銀行で現金を支払ったり、受け取ったりする	○	×	△

2. 職業興味検査に挑戦！

番号							○の数 合計	パーソナリティタイプ
①	△7	✕13	○19	○25	○31	△37	13	R：現実的
2	8	14	20	26	32	38		I：研究的
								A：芸術的
								S：社会的
5	11	17	23	29	35	41		E：企業的
6	12	18	24	30	36	42		C：慣習的

番号を横並びに見て、
○=3点、△=1点、✕=-1点
で合計点数を計算してください

○×4=3点×4= 12点
△×2=1点×2= 2点
✕1=-1点×1= -1点
合計13点

点数が高かったのは？

2. 職業興味検査に挑戦！

パーソナリティタイプ	内容
R : 現実的	機械やものを対象とする具体的で实际的な仕事や活動が好き
I : 研究的	研究や調査のような研究的、探索的な仕事や活動が好き
A : 芸術的	音楽、美術、文学等を対象とするような仕事や活動が好き
S : 社会的	人と接したり、人に奉仕したりする仕事や活動が好き
E : 企業的	企画・立案したり、組織の運営や経営等の仕事や活動が好き
C : 慣習的	定まった方式や規則、習慣を重視したり、それに従って行うような仕事や活動が好き

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

R：現実的タイプ	Realistic	関連する職業
物や道具、機械、動物などを対象とした、系統的で組織的な操作を伴う活動を好む。この結果、手先の運動能力や、機械や技術分野で必要な能力の発達をもたらすが、社会、教育的能力の発達を阻害する。		
①対人的活動が回避できるような現実的な職業を好む ②問題解決に当たっては、現実的な能力を用いる ③対人的能力が欠けているという自己認識がある ④権力や地位、金銭、名誉などを重んじる		機械を扱う仕事 ものを扱う仕事 動物にふれる仕事 ものを作る仕事 職人の仕事 ものづくりの仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

I：研究的タイプ	Investigative	関連する職業
物理的、生物的、社会的諸現象を理解したり、観察したり、研究したりする創造的・体系的活動を好み、説得的、社会的活動、反復を伴う活動を嫌う。この結果、科学的、数学的な能力の発達を促進するが、説得する能力などの発達を阻害する。		
①研究的な職業を好む ②問題の解決に当たっては、論理的な能力を用いる ③学究的で、知的であり、数学的、科学的能力に恵まれている 反面、指導力が欠如していることを自覚している ④化学に価値をおく		研究する仕事 調査する仕事 考える仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

A：芸術的タイプ	Artistic	関連する職業
物、言語などの素材を操作し、芸術的な作品の創造を目的とした活動を好み、具体的、体系的活動を好まない。この結果、芸術的能力の発達をもたらす半面、事務的、販売的能力の発達を阻害する。		
①慣習的な仕事や活動を回避できる芸術的な職業を好む ②芸術的な能力で問題を解決する ③美術的、音楽的能力や演技、文筆、話術の能力に恵まれていることを自覚している ④美的なものに価値をおく		クリエイティブな仕事 想像力を使う仕事 美術やデザインの仕事 感性を使う仕事 発想する仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

S：社会的タイプ	Social	関連する職業
情報伝達、訓練、教育、啓蒙、治療などを目的とした他者との接触を伴う活動を好む反面、物や機械、道具を用いた具体的、体系的活動を好まない。この結果、人間関係能力の発達をもたらすが、手先の能力や技術的能力の発達を阻害する。		
①社会的な職業を好む ②社会的な能力により、問題解決を図る ③他者を援助したり、理解することを好み、教育的能力に恵まれている反面、技術的、科学的能力に欠けるという自覚を持っている ④社会的、倫理的なことに価値をおく		人前に出る仕事 人と接する仕事 人に奉仕する仕事 人に教える仕事 人を援助する仕事 チームで行う仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

E：企業タイプ	Enterprising	関連する職業
組織目標の達成や経済的利益を目的とした、他社との関わりを伴う活動を好む。しかし、観察や言語記述、体系的な活動を嫌う。この結果、指導力、対人関係能力、説得力を促進する反面、科学的な能力の発達を阻害する。		
①事業を興すことに興味がある ②問題解決に当たっては、企業的な能力を用いる ③攻撃的で人望があり、自信家で、社交的であり、指導力や話術に恵まれているという自覚を持っているが、科学的能力に欠けていると認識している ④政治的、経済的業績に価値をおく		企画する仕事 組織を運営する仕事 人や社会を動かす仕事 計画を立てる仕事 リーダーシップを発揮する仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

セミナー後、アンケートに回答
した方に資料(PDF)プレゼント！

C：慣習的タイプ	Conventional	関連する職業
組織や経済的目標の達成を目的とした、具体的、体系的な操作（データ整理、ファイリング、情報機器の操作など）を伴う活動を好む反面、曖昧で、非体系的な活動を嫌う。この結果、一般的な事務能力、計算力、商才を発揮させるが、芸術的な能力の発達を阻害する。		
①創造力などを必要としない、ルーティン的で慣習的な仕事や活動を好む ②問題の解決に当たっては、慣習的な能力を用いる ③親和的で従順であり、事務的、計算能力に恵まれているという自覚を持つ ④商業的、経済的なことに価値をおく		事務的な仕事 規則的な仕事 マニュアルがしっかり している仕事 練習をすると上達する仕事 コンピュータ入力の仕事

出典：日本マンパワー,ホランドの6つのパーソナリティ・タイプ,CPS-J,1998,p.8-9.(参照 2023-09-02)

2. 職業興味検査に挑戦！

メリット



興味を手掛かりに、たくさんの職業の中から
効率よく職業探索をすることができる！

注意点



興味の傾向＝適性や才能の有無ではない！
「私はこういう人間」と決めつけない！

3.「好きなこと」を見つける6つの質問



これから皆さんに
「好きなこと」を見つける
6つの質問をします。

制限時間内に、
できるだけ多く・詳しく
質問に答えてください。

3.「好きなこと」を見つける6つの質問

① 自分の「好きなこと」を考えて書き出してみましょう



「好きなこと」を
2つに分類しましょう

好きな
こと

- ・ やっていて楽しいこと、ワクワクすること
- ・ 気分が上がること、爽快になること、心が温かくなること
- ・ 続けたいと思うこと、自分らしさが発揮できること

A

自分だけで楽しみたい
「好きなこと」

B

誰かに喜んでもらえそう・
誰かの役に立てそうな
「好きなこと」

A	好きな音楽を聴きながら 自然の中をウォーキングすること	A	早朝、静かなリビングで カフェラテ片手にジャーナリング
B	得た知識に自分なりの工夫を加えて 誰かに伝えること	A	ライブや演奏会に行く
B	ありたい自分や自己実現について 考える&ワークすること	B	サプライズを考える

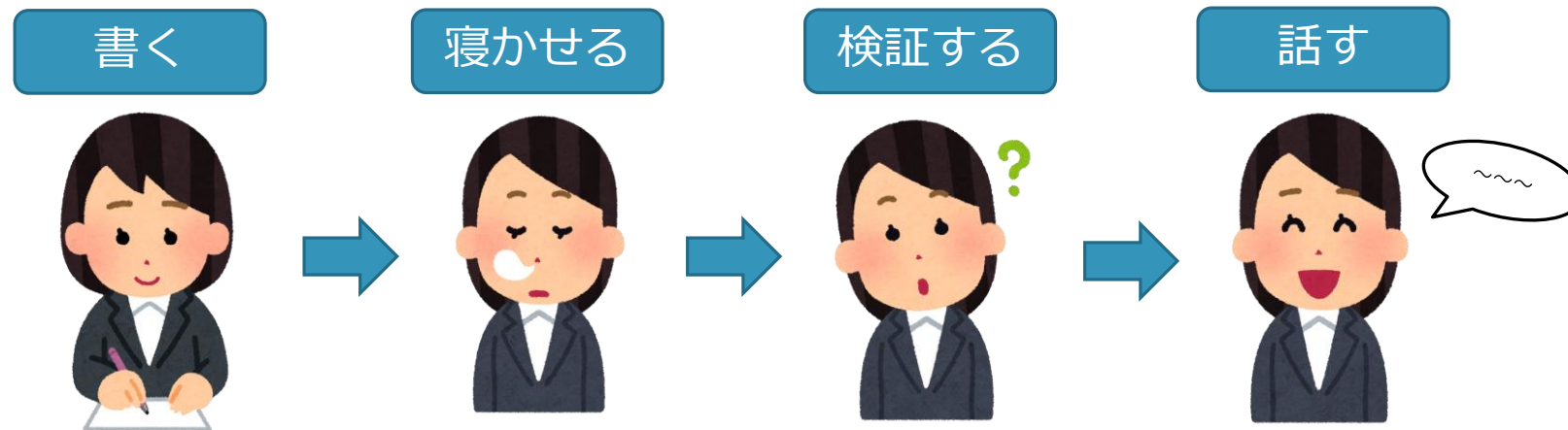
3.「好きなこと」を見つける6つの質問

- ② 今、お金を払ってでも勉強したいことは何ですか？
- ③ 小学校時代、夢中になっていた遊びは何ですか？
- ④ 「絶対にやりたくないことリスト」を作しましょう。
「経験したけど嫌だった」「楽しめなかった」仕事や活動は何ですか？
- ⑤ もしお金の心配がなく、何でも仕事にできるとしたら
どんな仕事をしたいですか？

3.「好きなこと」を見つける6つの質問

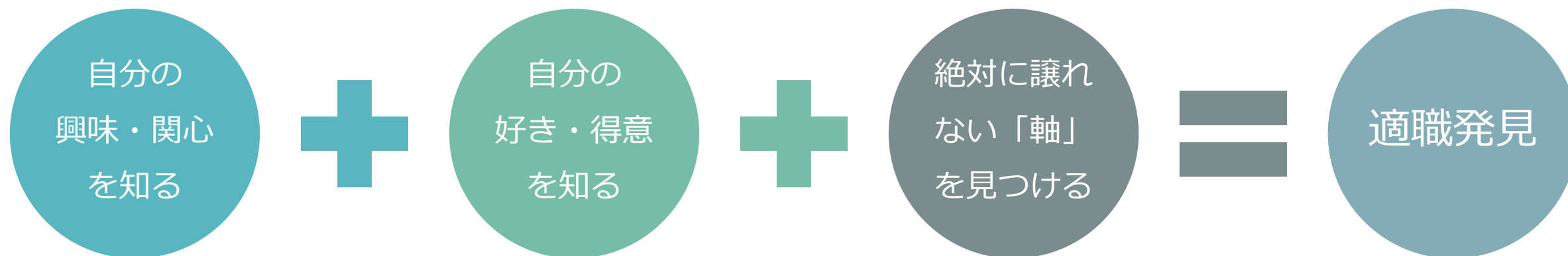
⑥ ①～⑤の回答から見える あなたの能力は？ (複数回答可)	分類	要素	内容
	前に踏み出す力	主体性	物事に進んで取り組む力
		働きかけ力	他人に働きかけ巻き込む力
		実行力	目的を設定し確実に行動する力
	考え抜く力	課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにする力
		計画力	課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力
		創造力	新しい価値を生み出す力
	チームで働く力	発信力	自分の意見をわかりやすく伝える力
		傾聴力	相手の意見を丁寧に聴く力
		柔軟性	意見の違いや立場の違いを理解する力
		状況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力
		規律性	社会のルールや人との約束を守る力
		ストレスコントロール力	ストレスの発生源に対応する力

3.「好きなこと」を見つける6つの質問



大学生	大学内のキャリアセンター
在職者	厚生労働省 「キャリア形成・学び直し支援センター」
全員	ハローワーク
TAC公務員講座 (本科生コース)	担任カウンセリング、質問コーナー、ホームルーム、 面接対策講義、模擬面接

4. 適職の見つけ方



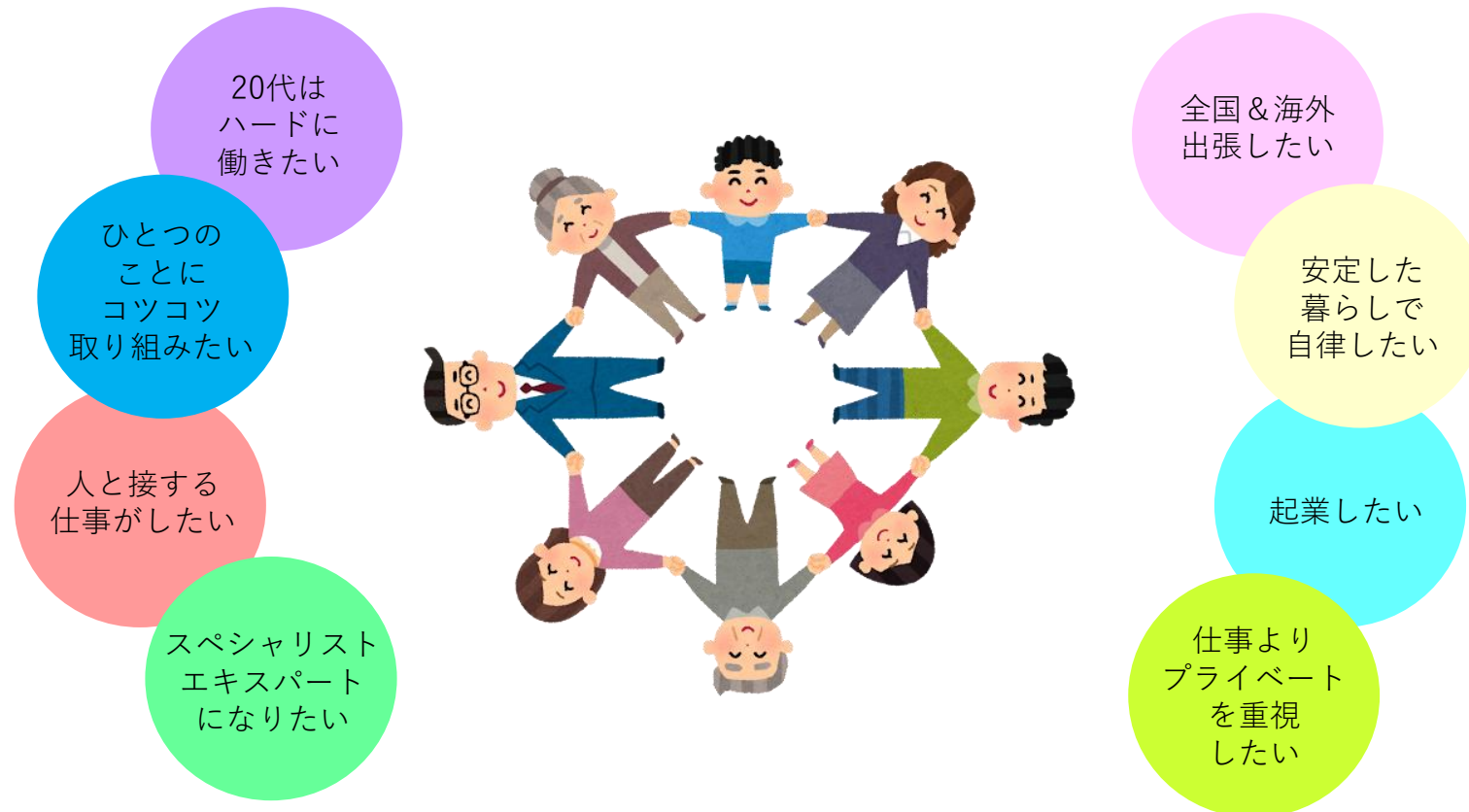
4. 適職の見つけ方

【参考】民間・公務員比較

価値観・求める働き方の例	民間	公務員	メモ
1. 安心して生活していけるだけの基盤が自分には必要だ	○	◎	「就活期間」だけでなく長期目線で人生を考える
2. ワークライフバランスを重視したい	○	○	労働時間？休暇制度？働く場所？
3. ハードであっても個人の力で成長して自分に付加価値をつけたい	◎	△	「成果主義」の企業
4. 縁の下での力持ち、サポート力を活かしたい	◎	◎	「誰のサポートがしたい？」 →組織全体・チーム・個人
5. 専門職・スペシャリストになりたい	○	◎	民間は経験・スキル、公務員は採用試験
6. 様々な仕事に携わりたい	○	◎	地方公務員は2～4年に一度異動がある
7. 若い内から仕事の進め方に裁量があり、ある程度の自由が欲しい	◎	△	個人の实力による
8. 規模の大きな仕事を経験したい	◎	◎	「規模が大きいとは？」 →個人で数億円動かす・万博招致

4. 適職の見つけ方

「どんな望みも叶うとしたら？」



公務員に興味を持ったなら **TAC** へ！

個別受講相談



セミナー・ガイダンス

体験入学



アンケートにご協力ください！

アンケートにご協力いただいた方に、
本セミナーの資料(PDFファイル)を贈呈！

チャットをご確認ください



https://lp.tac-school.co.jp/k_komuin20230913_enquete.html

回答期限：2023/9/13（水）23時まで

ありがとうございました

TAC