

和光大学が考えるキャリアとは

過去・現在・未来における「生き方」のことです。すべての「生き方」は等しいものであり、社会を成り立たせている大切な立場や役割です。自分のライフスタイルにそってどのような仕事、どのような道を選ぶのか、ひとつひとつの決断がみなさんのこの先の可能性を築きあげていきます。

和光大学のキャリア支援とは

学生が自分のキャリアを自ら考え、選択できるよう、大学が情報を提供し、相談に乗り、サポートをすることです。和光大学では、みなさんが納得して進路を決めることができるよう、大学全体で応援します。



写真：表現学部 芸術学科4年 肖 乃華

キャリア支援課（A棟3階）を活用しよう

窓口時間 午前中（9:15～13:00 水曜日のみ10:00～13:00）、午後（14:00～16:30）
日曜、祝日は閉室。その他臨時閉室あり。

求人検索NAVIを活用しよう

「求人検索NAVI」は、多くの大学が活用する「共同求人システム」です。和光大学の学生に向けられた求人を検索・閲覧する「①求人検索機能」をはじめ、メールアドレスや希望する進路などの情報を登録する「②学生情報登録機能」、先輩の体験や来校企業を閲覧する「③就職活動体験記・来校企業情報」、決定した進路を報告する「④進路報告機能」のメニューがあります。

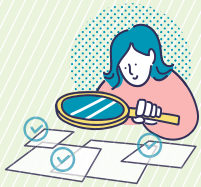
キャリア支援課がみなさんのためにサポートしていること

あなたのためのスペースがあります

キャリア形成や就職活動のための資料が揃っていて自由に閲覧できます。また、パソコンやプリンターを自由に使うことができ、求人検索やエントリーシートの作成なども可能です。

- ・自己分析がしたい
- ・求人を探したい
- ・業界・職種・企業の研究がしたい
- ・筆記試験対策がしたい
- ・履歴書を作成したい

その他キャリアに関することであれば、自由に利用できますので、気軽に足を運んでください。



就職活動に役立つ情報を提供しています

キャリア支援課は、職業安定法にもとづき、次のようなことを守って職業の紹介や活動の支援にあたっています。安心して相談してください。

【法令遵守】

法律に準じた求人を扱います。

【人権と意志の尊重】

みなさんの希望や権利を最大限、尊重します。

【平等な対応】

性別・国籍・門地などによる差別は、一切ありません。

【公平な対応】

求人者と求職者の両方に公平です。
どちらかの利益に偏りません。

講座や行事を開催しています

進路決定のための各種講座や企業の説明を聞くなどの行事を開催しています。日程や内容は、窓口でも配布のほか和光ポータル・大学のホームページ（在学生の方＞キャリア支援プログラム日程表）で確認してください。

キャリア支援課HPはこちら▶



個別相談を受けられます

次のような個別相談に対応しています。

- ・求人やインターンシップ先の探し方について
- ・応募書類の作成や提出について
- ・面接対策について
- ・内定や労働契約について
- ・その他進路決定全般について

個別相談の申し込みはこちら▶
※和光大学メールアドレスへのログインが必要です



① 求人検索機能

求人検索機能を活用して、「あなたのこだわり」に合う求人をみつけてください。業界、職種、勤務地などみなさんの希望に応じた求人を検索する機能があります。「希望の日程に説明会がある企業」といった機能もあり、活動計画に合わせた検索も可能です。



② 学生情報登録機能

学生情報登録機能を活用して、役に立つ情報を取得してください。
1,2年次にはメールアドレスを登録してください。講座や行事の案内を送信します。
3年次以降は希望する進路について登録を進めてください。
希望にあった求人など、ピンポイント情報を送信します。

③ 就職活動体験記・来校企業情報

就職活動体験記からは、先輩が応募した企業の選考情報や感想が閲覧できます。
もし志望企業の情報がない場合は、同じ業界の企業から傾向を探ることができます。
来校企業情報からは、本学を訪問した「和光大生を採用したい企業」の情報を掲載しています。

④ 進路報告機能

「進路報告機能」を活用して、卒業後の予定を伝えてください。
卒業後の進路についての情報は、さまざまな形で分析、活用され、和光大学の運営だけでなく、日本の教育政策、労働政策にとって、重要な資料になります。「進学する」「地域の活動に取り組む」「家庭で役割を果たす」「アルバイトで就労する」など、進路はさまざまだと思いますが、そのすべてはあなたにとって、社会にとって、かけがえのない「今」なのです。変更があったら、大学に連絡すれば大丈夫。気軽にあなたの「今」を伝えてください。

ログイン方法について



<https://www2.kyujin-navi.com/gakugai>

ユーザー名:wako

学 籍 番 号:23P999(自分の学籍番号を入力)

パスワード:生年月日8ケタ(2004年4月10日なら20040410)

または初回ログイン時に再設定したパスワード

※同ページにある「キャリアタスUC」は関東圏だけでなく全国エリアの求人を網羅。特に財団等の公的機関求人が豊富です。

ユーザーID:wakounv パスワード:wako1958585

「進路希望登録」「就職活動体験記」「進路報告」などでいただいた個人情報の取り扱いについては、和光大学ホームページをご覧ください。

履歴書・自己紹介書の書き方

履歴書とは？

自分の基本的なプロフィールを企業・団体に伝えるための「身分証明書」のような役割があります。面接の資料としても使われるので、誤字脱字に注意し、慎重かつ丁寧に記入しましょう。

履歴書作成のポイント

- ・大学指定の履歴書を使いましょう（キャリア支援課で無料配付しています）。
- ・Excel版履歴書は求人検索NAVIのトップ画面からダウンロードできます。
- ・修正液や修正テープは厳禁です。間違えたら最初から書き直しましょう。
- ・提出前に必ず自分の控えとしてコピーを取っておき、面接対策の資料にしましょう。

履歴書の基本的な書き方

- 1 和光大学の履歴書は印鑑不要です。企業から印鑑を求められた場合は、氏名の右横に捺印してください。氏名は大きくバランスよく記入してください。
- 2 年は西暦でも和暦でもどちらでも良いですが、混在させないように統一して記入してください。応募先の企業のHPなどをみて、各企業が使用している暦に合わせるのが望ましいでしょう。
- 3 スーツを着用し、正面上半身を撮影します。スピード写真ではなく、身だしなみや姿勢などをチェックしてもらえる写真店で撮影しましょう。焼き増しやデータ化などにも対応してもらえます。写真の裏には必ず大学名と氏名を記入してから貼り付けましょう。
- 4 マンション名やアパート名なども省略せずに記入しましょう。休暇中の連絡先が現住所と同じであれば、「同上」と記入しましょう。
- 5 学歴は高校卒業から記入します。大学・学部・学科の間を一文字空けて記入すると見やすくなります。「職歴」の見出しは「学歴」と頭をそろえて、真ん中あたりに記入しましょう。職歴は一定期間にわたり定職（正社員）として就いたものだけを記入します。アルバイト・パートは職歴には含まれません。全て行を詰めて記入し、最後に「以上」と記入しましょう。
- 6 できれば一つの科目に絞り、その科目に取り組んだ動機や目的、またどのように取り組み、どのような結果を得たのか、分かりやすく具体的に記入しましょう。
- 7 できればポイントを一つに絞り、何に力を注ぎ、どのように取り組み、結果として何を得たのか、得たものを今後仕事をしていく上でどのように活かしていくのかなど、具体的なエピソードを盛り込んで記入しましょう。この欄は、自分のどの部分をアピールしたいのかを考えて記入しましょう。
- 8 企業の説明会に参加する前であれば「私の特徴」、説明会に参加した後は「志望動機」の記入が望ましいでしょう。私の特徴は2年生の時に配付される『進路の手びき』PART1「自己分析」、志望動機はPART3「企業へのアプローチ」のページを参照してください。
- 9 括弧の中に一言、説明かコメントを記入しましょう。特技・人柄・興味のいずれかを伝えましょう。



左ページの「書き方」をチェックしてください。キャリア支援課で履歴書添削も受け付けています。

履歴書・自己紹介書

2026年3月1日現在

ふりがな	つるかわ ひかる	生年月日	2004年11月10日生 (満21歳)
氏名	鶴川 光	E-mail	u00x000x@wako.ac.jp
ふりがな	とうきょうと まちだし かないが おか	携帯電話	123-4567-8910
現住所	〒195-8585 東京都町田市金井ヶ丘5丁目1番1号	電話	(123) 456 - 7890
休暇中の連絡先	同上	電話	() -

縦 4cm
横 3cm

年	月	学歴・職歴
2023	3	〇〇県立 〇〇高等学校 卒業
2023	4	和光大学 〇〇学部 〇〇学科 入学
2027	3	和光大学 〇〇学部 〇〇学科 卒業見込み
		職歴
		なし
		以上

興味をもって取り組んだ科目・研究課題	6 受講した科目の羅列、科目の説明のみにならないよう注意！ 「提出期限を守る」「意見を傾聴した」は、興味をもって取り組んだ科目のアピールにはなりません。
学業以外で力を注いだ事柄（サークル・アルバイト・文化活動など）	7 自分の良さと企業の特徴との接点を意識して書いてみよう！ 「今のあなた」を伝えるため、体験談は大学時代のことを記入しましょう。
私の特徴（セールスポイント）または志望動機	8 「私の特徴」または「志望動機」のどちらかひとつを記入！ 志望動機は、どの会社でも使いまわせるような内容は避け、企業ごとに具体的な理由を記入してください。
資格・特技	趣味
普通自動車第一種運転免許 (AT限定) (2023年10月)	・音楽鑑賞（クラシック） ・スポーツ（サッカー）

和光大学

大学指定履歴書の配付場所

手書き用

キャリア支援課窓口

Excel版

求人検索NAVI トップページ

文字数の目安
手書きは4行、Excel版は270～336文字

キャリア支援Q&A

みなさんからキャリア支援課へ多く寄せられる就職活動に関する疑問について回答します。
就職活動に関する疑問があればキャリア支援課までお気軽にお問い合わせください。

Q 大学指定の履歴書が欲しいです。

A キャリア支援課で無料配付しています。
求人検索NAVIで進路希望登録の手続きを完了した学生にお渡ししています。
大学指定履歴書は「手書き用」と「Excel版」があります。

手書き用

A棟3階キャリア支援課で配付しています。

Excel版

求人検索NAVIのトップページからダウンロードできます。
なお、Excel版履歴書はMicrosoft Excelでのみ動作を保証しています。その他のソフトウェアおよびアプリで編集した場合、不具合が発生します。本学の学生はMicrosoft 365 AppsでExcelを無償で利用できます。詳しくは情報環境ナビを参照してください。



情報環境ナビ

求人検索NAVI ログイン方法

説明会・選考の開催形式により対応が異なります。



<https://www2.kyujin-navi.com/gakugai>

ユーザー名:wako

学 籍 番 号:23P999 (自分の学籍番号を入力)

パスワード:生年月日8ケタ (2004年4月10日なら20040410)

または初回ログイン時に再設定したパスワード

※パスワードが分からない場合は、A棟3階キャリア支援課にお越しください。

ダウンロード場所

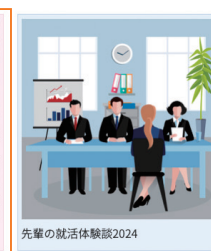
求人検索NAVIトップページのトピックス「履歴書【Excelでのみ動作】」をクリックするとダウンロードできます。



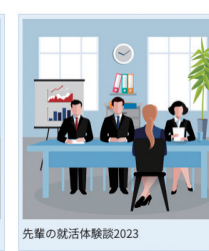
トピックス



履歴書【Excelでのみ動作】



先輩の就活体験談2024



先輩の就活体験談2023

Q 卒業見込証明書・成績証明書・健康診断証明書が欲しいです。

A 発行条件を満たした場合、A棟1階の証明書自動発行機から有料で発行できます。
詳細は『学修の手びき』および大学ホームページを確認してください。
大学ホームページTOP > 在学生の方 > 各種証明書 (在学生)

Q 就職活動と授業の日程が重なってしまいました。

A 就職活動による授業の欠席をどのように扱うかは担当教員の判断によります。
まず、担当教員に相談してください。



教員から参加証明が必要だと指示された場合

説明会・選考の開催形式により対応が異なります。

対面開催

事前にキャリア支援課へ来室し、『就職活動参加証明書』の手続きを行ってください。
『就職活動参加証明書』には企業のサインが必要です。

オンライン開催

企業から『就職活動参加証明書』にサインがいただけないため、**参加証明の対象外**です。担当教員に企業から送信された案内メール等を見せて直接相談してください。

Q インターンシップ先からインターンシップ保険に加入するように言われました。どうすればいいのでしょうか？

A インターンシップ保険には必ず加入しましょう。
インターンシップや通勤中に他人にケガをさせてしまったり、他人の財物を損壊したことによる損害賠償責任が補償されます。

インターンシップ保険の加入手続きはインターンシップの申し込み方法によって異なります。
ご自身が参加を希望するインターンシップが、「大学を通して申し込むインターンシップ」、または「個人で申し込むインターンシップ」かに応じて、適宜、保険加入手続きを行ってください。

大学を通して申し込むインターンシップ

大学が保険加入手続きを行います。費用は本人負担です。

授業のインターンシップ

担当教員の指示に従って手続きを行ってください。

上記以外のインターンシップ（さがまちインターンシップ等）

キャリア支援課で以下の手続きを行ってください。

①「和光大学インターンシップ申請書【正規科目外】」の記入

②付帯賠償保険（インターン賠償）への加入

※保険加入手続きにあたり、証紙券売機（A棟2階レポートボックス横）にて「付帯賠償保険料（インターン賠償）（210円）」の証紙を購入してください。

個人で申し込むインターンシップ

ご自身で保険加入手続きを行ってください。

B棟1階の和光学園生活協同組合（生協）でもインターンシップ保険（学生賠償責任保険）の取り扱いがあります。

※生協でインターンシップ保険を申し込む場合、生協への加入が必要です。生協窓口で即日加入が可能です。学生総合共済と賠償責任保険は、いずれも保険料をお支払い後の翌日0時より加入できます。

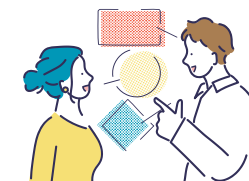
詳細はB棟1階の売店（生協窓口）で確認してください。

Q 筆記試験が不安です。

A キャリア支援課では「問題の解き方」ではなく「筆記試験とは何か」「採用担当者は何を評価しているのか」といった視点からの対策講座を開催しています。「問題の解き方」は自分に合った問題集などを使って自習することをおすすめします。キャリア支援課には、一般教養、SPI、教員、公務員等、多彩な問題集と学習スペースがあります。また、図書・情報館の資料や電子ブックなども利用できます。

Q 面接試験が不安です。

A 個別相談では、面接についての相談を重視しています。面接には「正しい答え」はありません。採用担当者は「あなた自身」を知りたいと思っています。ですから「模範的な正しい応対」を探すより、あなた自身の考えや気持ちを整理して上手く伝えられるように準備することが大切です。「リラックスして面接に臨むために必要なこと」を一緒に考えていきましょう。



Q 「大学からの推薦書」を提出するように言われました。

A 自由応募（学校推薦等ではない一般の就職活動）では、推薦書を発行しません。企業に求められた際は、本学ホームページを提示してください。

近年、就職活動において、自由応募でも最終選考時または内々定後に、企業側から推薦書並びに紹介状等（推薦書に類するもの）の提出を求められるケースがあります。これは、他社の選考活動を継続中の学生に対して、就職活動の終了を強要する等、学生の「職業選択の自由」を妨げる行為につながる恐れがあります。

応募時に提出が必要な場合や迷う場合などありましたら、キャリア支援課まで遠慮なくご相談ください。

和光大学ホームページ「企業の採用担当の方へ」▶



Q OB・OG訪問をしたいです。

A まず、訪問したい企業に卒業生が在職しているかどうかを求人検索NAVIで確認してください。卒業生が在職している場合は、その企業の採用担当の方に、OB・OG訪問が可能かどうか確認し、可能であれば、その方の指示にもとづいて訪問を進めてください。



Q どういう仕事に向いているのかわかりません。

A 職業についての興味や適性は単純ではありません。同じ会社でも部署によって仕事の内容もずいぶん違います。キャリア支援課では、あなたが今、「どういう業種や職種を知っているのか」「どういう考えを持っているのか」に焦点を当て、視野を広げたり、理解を深めたりするためのお手伝いをしています。



Q 企業就職以外の進路を希望しています。

A 人のキャリアは「学習」「市民活動」「家庭での役割」「就労」といったさまざまなステージで形成されるものです。卒業後のキャリアがどのような形になるにせよ、その一つひとつがとても大切なものです。私たちは、みなさんの選択を尊重して、将来と一緒に考えていくための準備をしてお待ちしています。



相談したい内容がまとまっていなくても大丈夫！
お友達と一緒に相談もOKです。
じっくり相談したい場合は、個別相談を予約してください。

個別相談の予約方法

WEB 二次元コードから申し込み

お電話 ☎ 044-989-7492

和光大学メール
にログインして
ください▶



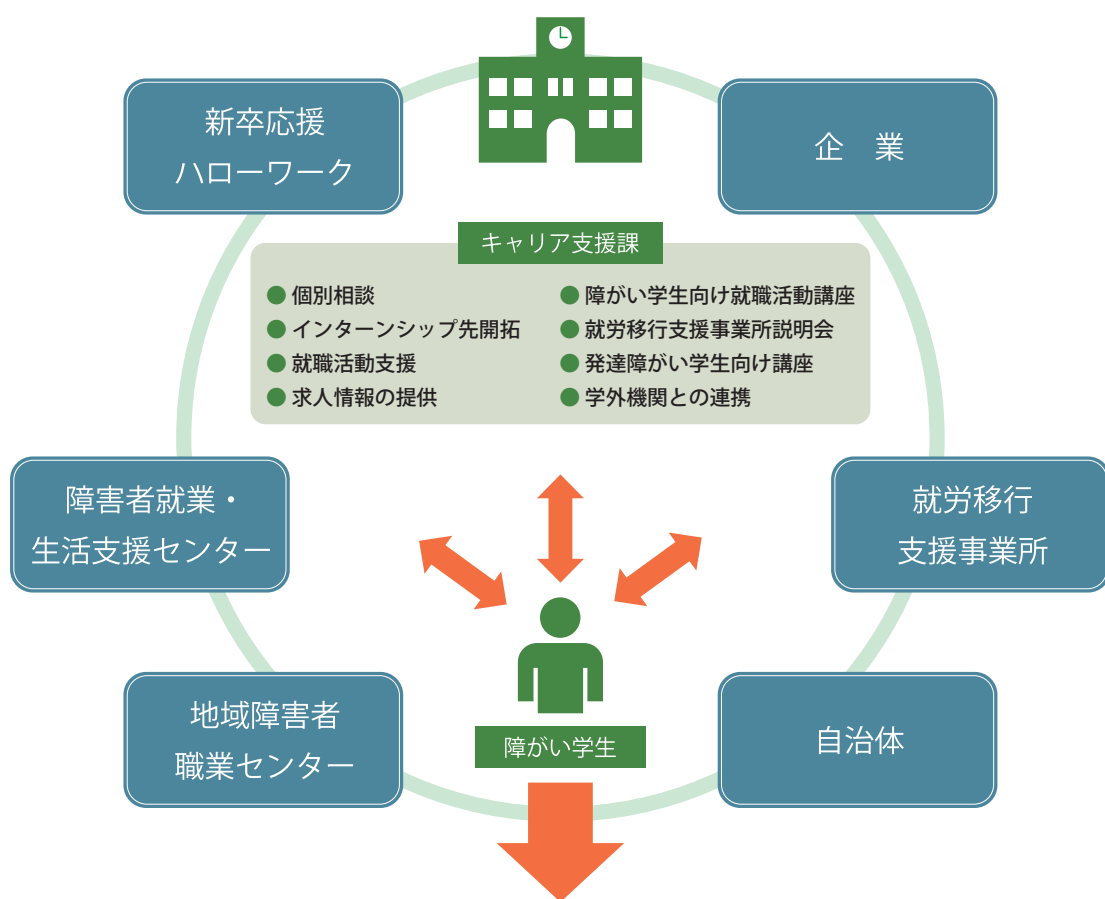
- 相談実施日 平日（月～金）
- 開始時間 10:00/11:00/12:00/14:00/15:00/16:00
- 相談時間 上限40分（窓口相談16:00枠のみ上限30分）
- 予約締切 相談希望日前日の昼12:00まで（土日祝を除く）

※相談希望日が月曜日の場合、前週金曜日の昼12:00が締切。
前日が祝日の場合、前々日の昼12:00が締切。

障がい学生へのキャリア支援について

キャリア支援課では、進路を自ら考えて選択できるように、みなさんの特性に合わせたキャリア支援を実施しています。情報の提供、就職活動支援、インターンシップ先の開拓、就労移行支援など、進路に関わる個別相談を行っています。

キャリア支援プログラムでは、拡大文字資料の提供や手話通訳などの配慮も実施しています。相談内容が決まっていなくても大丈夫。A棟3階キャリア支援課へお気軽にご相談ください。



自ら考え、選択し、納得して進路を決める

キャリア支援課 窓口時間

月～金 9:15～13:00、14:00～16:30
※水のみ10:00開室

個別相談の予約

対面相談とオンライン相談ができます。
二次元コードから予約をお願いします。

