



よ  
し  
、  
高  
知  
で  
働  
こ  
う  
！



お子様の就職活動をサポートする、  
保護者の皆さまのための情報誌

大好評  
vol.2  
2017.7

# 高知県Uターン 就職サポートガイド

- 企画① 平成29年度インターンシップスタートアップセミナーレポート
- 企画② Uターン経験者インタビュー

# Uターン者の一問一答

Uターンを経験した様々な人に登場してもらい、それぞれ高知の良い所や、現在の生活について答えてもらった。経験者だからこそその答えに注目!

**Q** 高知は子育てしやすいですか?



西村さん

**A** 身近に両親がいて、手助けしてもらえることが心強いです。また、ママ向けのイベントも多いためです。

**Q** Uターン就職を決めた理由 & どこから帰って来たの?



森本さん

**A** 人ごみがあまり好きではなく、自然が沢山あるところで生活したかったので、周りの環境や家族のことも踏まえて、東京から帰ってきました。

**Q** 高知でお出掛けする時の「おすすめのスポット」を教えてください!



梶原さん

**A** 宿毛市の柏島ですね。透き通った海の透明度は圧巻です! 暑い夏に綺麗な海で涼むのは最高ですよ!

**Q** 高知に帰って来て、何か目指すものや目標はありますか?



北村さん

**A** 自分で設計デザインして自分のレシピで飲食店を経営するつもりです。

**Q** 高知県の会社でどのような業務をしていますか?



岡林さん

**A** 高知の住まいのソムリエとして、建設会社で働いています。土地のご相談から資金についてお話を聞き、お客様にご一番ベストなお家造りを提案しています。

**Q** 高知県のどんなところがいいと思いますか?



太北さん

**A** やつぱり人の温かいです。なにをするにも人の関わりが必要ですが、高知は特にそれを感じます。すぐに仲良くなれる!

## 高知県の就職に関する

## ご相談窓口

### 高知

#### ジョブカフェこうち

(高知県就職支援相談センター)

【本部】

**住所** 高知市帯屋町2丁目1-35  
帯屋町アーケード内

**TEL** 088-802-2025

**時間** 10:00~19:00  
年中無休(年末年始は除く)

【幡多サテライト】

**住所** 四万十市右山五月町8-13  
アピアさつき1F

**TEL** 0880-34-6860

**時間** 11:00~19:00  
月・水・金・土(年末年始は除く)

#### ハローワーク

#### 高知若者相談コーナー

(ジョブカフェこうち3F)

**TEL** 088-802-2076

**時間** 10:00~18:00

**休み** 土・日

#### 高知県商工政策課

**住所** 高知市丸ノ内1-2-20 5F

**TEL** 088-823-9692

**時間** 8:30~17:15

### 東京

#### 高知県東京事務所

**住所** 東京都千代田区内幸町1-3-3  
内幸町ダイビル7F

**TEL** 03-3501-5541

**時間** 8:30~18:15



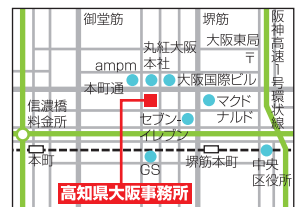
### 大阪

#### 高知県大阪事務所

**住所** 大阪市中央区本町2-6-8  
センバセントラルビル1F

**TEL** 06-6244-4351

**時間** 8:30~18:00



## この冊子に関するお問い合わせ

### 高知県商工労働部 商工政策課

高知県高知市丸ノ内1-2-20 高知県庁5F  
TEL/088-823-9692 FAX/088-823-9261  
E-mail/151401@ken.pref.kochi.lg.jp  
HP/http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151401/

**帰ろう!  
変えろう!**  
高知県

高知で暮らし。| 高知しごとマップ  
<http://www.pref.kochi.lg.jp>



# Uターン就職のススメ

地元で働くことのメリットとは？

県外の大学に進学し、就職するなら地元で働きたい！

という思いがある方に、地元で働くメリットをご紹介します。

ここで紹介するメリット以外にも様々な要因やポイントがあるので、

自分が地元に戻る理由は何なのか、しっかり考えてみよう。



## 地元就職のメリット

### 1 家族や友人が身近にいる！

大切な家族や友人の存在が身近に感じられる安心感はとても大きなもの。  
安心感や支えがあるメリットは地元で働くことの大きなポイントです。

### 2 住み慣れた環境で生活ができる！

ゼロからスタートする新社会人にとって、住み慣れた土地や環境で仕事をしたり、  
生活をする事は、安心感にも繋がります。

### 3 経済的にも負担が少ない！

お金を貯めたい！などの経済面でも、実家から職場に通えることは◎！  
一人暮らしにかかる家賃や光熱費を考えると実家暮らしは経済的です。

### 4 職場への通勤が首都圏と比較しても楽！

後に記載するデータの通り、高知県は首都圏と比較しても平均の通勤時間が短く、  
首都圏のような満員電車で悩まされることもありません。

## 知っておくべき情報がまだまだ満載！

次のページからは、実際のUターンに向けた就職活動の案内や紹介、  
Uターン経験者のインタビューも登場！ なかなか聞けないリアルな声や  
最新の情報を知り、今後の自分の就職活動に役立てよう！



## 高知県から保護者の皆様へ

お子様の就職活動を応援する

保護者の皆様のためのサポートガイドVol.2。

この冊子は、大学生、専門学生のお子様を持つ保護者の皆様に、  
親世代の頃から大きく様変わりした学生の就職活動を知っていただき、

お子様が就職活動を迎えた時に、

適切なアドバイスができるような情報を提供する情報誌です。

ひと足先に就職した学生たちや、高知県に帰って来て活躍している人達は、

どのように就職活動に取り組み、向き合ってきたのか、

また家族はどのように見守ってきたのでしょうか。

お子様がその節目に直面したとき、

ご家族の皆様で、就職のサポートができるヒントを掲載しています。

是非ご家族でご覧ください。



## CONTENTS

- P1. ————— はじめに ～高知県から保護者の皆様へ～
- P2. ————— Uターン就職のススメ
- P3-4. ————— 数字で見る 高知家の生活と経済事情
- P5-6. ————— インターンシップスタートアップセミナー
- P7-8. ————— Uターン経験者インタビュー
- P9-10. ————— 就職活動を知ろう
- P11. ————— Uターン者の一問一答

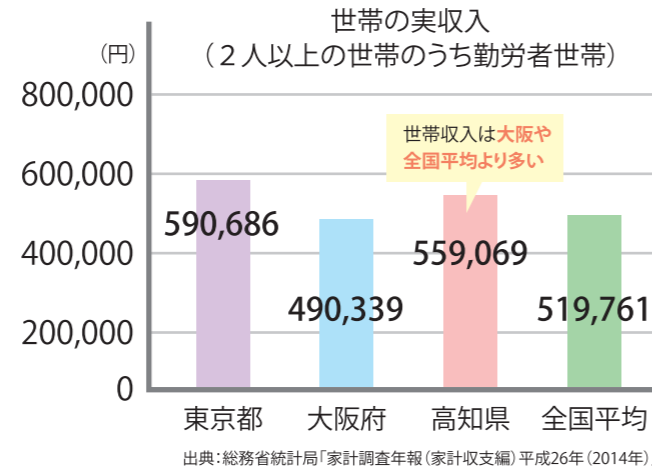
## 2 気になるお金・家計のこと

共働きが多く、黒字額や世帯収入は東京を上回っている！

(円)	東京都	大阪府	高知県
実収入	531,150	442,232	444,453
実支出	439,702	367,781	360,672
黒字額	91,448	74,451	83,781

※東京・大阪・高知の1ヶ月の家計収支  
(2人以上の世帯のうち勤労者世帯)  
出典:総務省統計局「平成26年度全国消費実態調査」

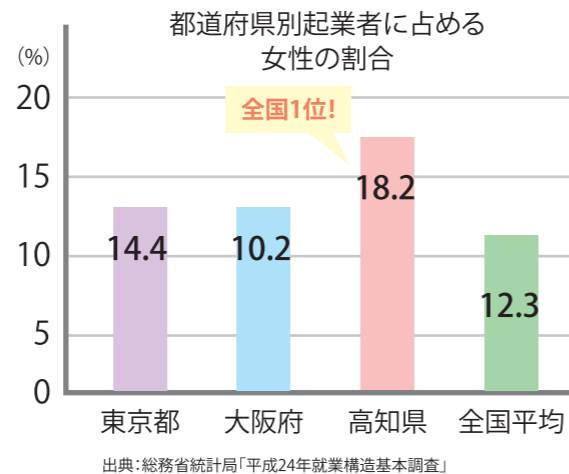
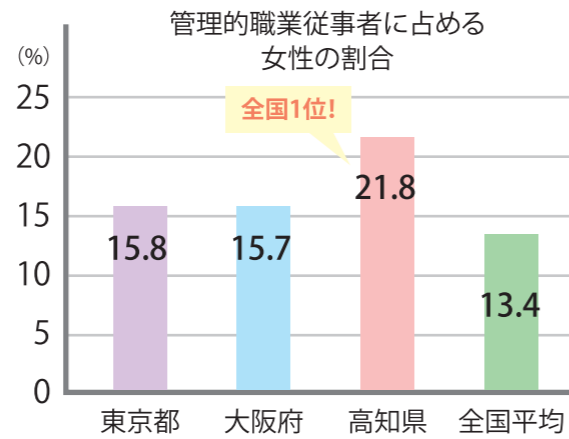
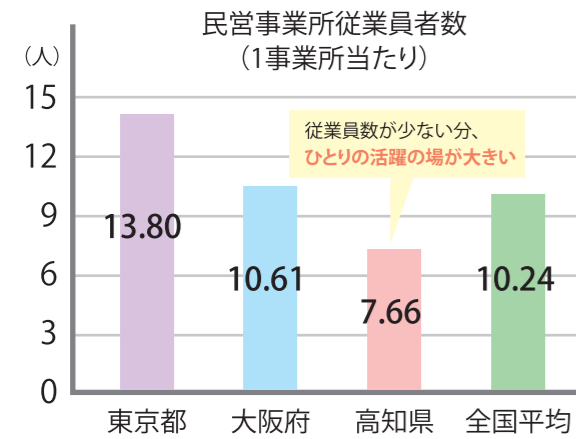
意外と黒字



## 3 高知家の仕事と働きやすさ

高知県は中小企業が多く、一人一人の果たす役割が大きい！

また、女性の活躍する場が多く、全国トップレベル！



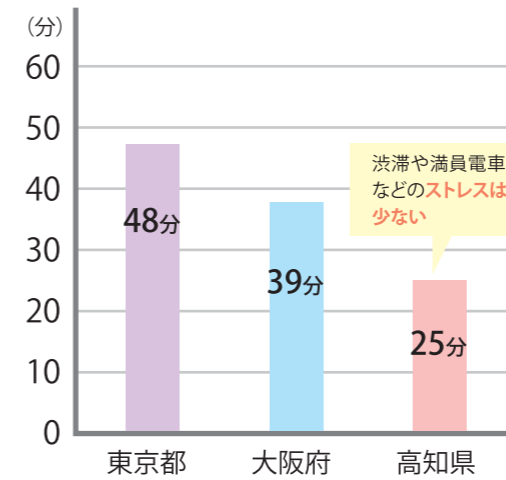
## 1 高知家の暮らしやすさ

首都圏や、全国平均と比較しても、  
仕事、家事以外の自由時間が多くとれる！

平日の生活時間/日

活動時間内容	東京都	大阪府	高知県
1次活動時間【睡眠、食事など】	10時間27分	10時間24分	10時間53分
2次活動時間【仕事、家事など】	8時間1分	7時間40分	7時間7分
3次活動時間【自由に使える時間】	5時間32分	5時間56分	6時間

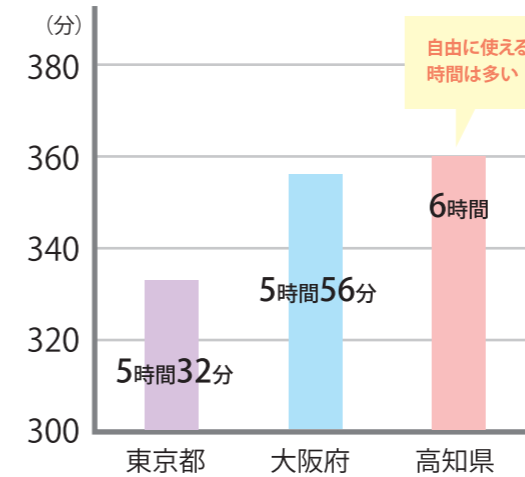
通勤・通学時間



通勤・通学時間/都道府県ランキング

順位	都道府県名	時間
1位	宮崎県	24分
2位	高知県	25分
2位	鳥取県	25分
2位	愛媛県	25分
2位	大分県	25分
6位	青森県	26分
7位	島根県	26分
8位	岩手県	27分
9位	秋田県	27分
10位	熊本県	27分
	全国平均	38分

3次活動時間(自由時間)



3次活動時間/都道府県ランキング

順位	都道府県名	時間
1位	北海道	6時間18分
2位	大分県	6時間9分
3位	愛媛県	6時間6分
4位	青森県	6時間2分
5位	三重県	6時間1分
5位	長崎県	6時間1分
7位	高知県	6時間
7位	兵庫県	6時間
9位	福岡県	5時間58分
10位	和歌山県	5時間57分
	全国平均	5時間48分

出典:総務省統計局「平成23年社会生活基本調査」(総平均時間)



## 第二部 個別面談

地元ならではの「親近感」に溶け込む時間

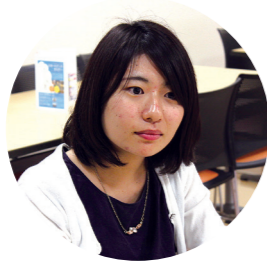


**24** 社それぞれがブースを用意し、訪れた学生たちと直接対話する20分間。各ブースには自社製品がズラリとならび、商品を使った説明はもちろん、自身の経験談など、パンフレットや企業説明会などでは知ることのできなかった「生の情報」が盛りだくさん。計4回のブース移動では、これまで関心のなかった業務を行う企業ブースを訪問する学生も多くみられ、前半プレゼンテーションの内容を引き合いに、学生も企業も貴重な時間を楽しんだ。



## スタートアップセミナー参加者の声

きべ かこ  
岐部佳香さん(21)  
大学生



もともと、高知県での就職を考えていなかった岐部さん。高知の企業の声が聞くことができるこのセミナーを知り、大学の女性友達と一緒に参加。

参加するまでは、どこか固いイメージを抱いていたのですが、実際はとても親しみやすい雰囲気だったおかげで、企業の方に行くつも質問をすることができてとても充実したセミナーになりました。これまで高知での就職を考えていなかった私ですが、今回のセミナーを通して高知での就職も視野にいれて就職活動をしていきたいと思えます。

あらか あきなり  
荒木晶成さん(20)  
大学生



大学内で周囲の学生たちに就職活動を呼びかける「就活スターター」として活動する荒木さん。そのメンバー募集に向けてセミナーへ参加。

これまで会社の外面的な部分に目が行きがちでしたが、今回のセミナーでは、会社が人と人とのつながりを大事にしていることや、地域貢献に力を入れていることなど、今まで知ることのできた企業の目標や理念といった、内面的な部分に直接触れることができ、今後の就職活動に役立てるとても良い経験になりました。

### あなたの未来を考えるためのセミナーへ参加してみませんか？

「何をやるにも人が原動力。人がいるからこそ企業の伝統は受け継がれ、人がいるからこそ時代に合わせて商品もカスタマイズされていく。このスタートアップセミナーは、企業と学生の出会いの場であるのはもちろん、就職後の社内における人と人とのつながり、情熱や思いを持つといった、社会人として大切なことを学べる場所です。そのために私たち社会人も自己研鑽に励み、学生たちに「生きること・働くこと」の価値や魅力を伝えていくことができると考えています。

● インターシップの情報をさがすには!

株式会社  
ピスタワークス  
研究所 伝え役  
ゆうき たかあき  
結城貴暁さん



## インターシップ

# スタートアップセミナー

## 地域と企業の出会い、社会を知る第一歩

働くことを考え始めた学生たちが企業に出会い、また企業も学生に出会うインターシップスタートアップセミナー。「もっと高知の企業の魅力を知ってもらいたい」との思いから、2010年より県内企業が協力する体制で例年開催されている。第7回目となる今年のセミナーには全24社が参加。前半、後半に分かれたプログラムでは、企業から学生たちに向けたプレゼンテーション、学生から企業を訪ねる企業ブース体験など「人と人、にこだわった取り組みにより、学生と企業がそれぞれ直接意見交換することが可能となっている。また、なんといっても学生が私服姿で気軽に参加可能なことで、企業説明会のようなフォーマルな場とは異なるラフでリラックスした雰囲気をもっているのも本セミナーの魅力の一つ。そんな中、今年はどんな学生とどんな企業が出会い、また何を学んだのか? 前半、後半プログラムの様子をふくめ、参加学生の声をそれぞれご紹介。

## PROGRAM

プログラム

- オリエンテーション
- 企業プレゼンテーション
- 企業ブースでの個別面談



## 第一部 プレゼンテーション

みなさん、私たちの会社を知ってください!



**集** った学生たちに、会社の魅力を伝えるプレゼンテーション。制限時間はなんと3分間! あえて短く設定されていることで、各社とも簡潔で分かりやすく自社の魅力や活動を学生たちに伝え、さらに詳しく聞きたい場合は後半プログラムで! といった仕組みとなっている。また、4社のプレゼンが終了する度に行われるグループディスカッションでは、初対面の学生たちでこれまでの内容や、自身の就職活動について、和気あいあいと話し合う姿も見られた。





もともとは、進学先である関西での就職を考えていた河原さんでしたが、高知県出身の大学の先輩から地元での就職を勧められたことや、京都で高知企業の製品に出会ったことが、高知での就職を考えだきかけたのだと語る。中でも決定的だったのは、

ナーで高知企業のプレゼンを見た際、その企画の豊かさや、全国的に活躍する姿に「高知の企業ってすごい！」と衝撃を受けたこと。以来、高知県へのUターン就職を決意し、就職活動中には、ご自身で直接アポイントを取って積極的にセミナーに参加するなど、その熱意のある行動力

が結果を結び、2年前に城西館に就職された。城西館チームの一員となった河原さんは現在、新入社員としての活躍中。その笑顔と気さくなトーク力で、日々、お客様の「ありがとう」につながる仕事に従事している。



職場には若い社員も多く、活気にあふれている。城西館というチームが一丸となり接客にあたっている。

高知の企業を知ること、きつとイメージは変わる。



河原佑太さん(24)

PROFILE

株式会社 城西館  
接客部 接客サービス  
入社2年目

入社時に抱いた会社のイメージと今にズレ、はないです。

益岡卓史さん(31)

PROFILE

ニッポン高度紙工業株式会社  
管理部情報システム課  
入社9年目



地元高知にこだわり、職場はローカル、仕事はグローバルに、人々の豊かな暮らしと社会の発展に貢献している。

進学先の香川県にいた時から、高知県での就職を強く願っていた益岡さん。全国的に活躍するニッポン高度紙と出会い、地元の春野町からグローバルに活躍する姿や、清掃活動や地元小学校で地域貢献をする姿に感銘を受け入社を決意した。就職活動中は同社が参加するセミナーなどにおいて積極的に自分をアピールすることを心がけたそうだ。現在は情報システム部門に所属、社員の皆さんをバックアップしている業務へのやりがいを感じている。

そんな益岡さんがUターンして良かったと感じた大きな出来事がある。4年前、待望の第二子が誕生した時のこと、難産となり入院された奥様を、ご両親が交代でサポートにあたってくれたこと。同時に会社が益岡さんの事情を理解し、特別に休みをいただいたことにも、「地元ならではの温かさを感じました。会社も社員のことを一番に考えてくれて、本当に感謝しきれない」と当時を語った。

Q1

Uターンを考えた時に抱いた不安や期待

もともと高知での就職を望んでいたため、生活的な不安はなかったのですが、いざ就職活動を考えるといつでもセミナーや説明会に参加できる高知県の学生に負けてしまうんじゃないという不安が強かったですね。

Q2

Uターンに対する両親の反応

特別、両親から高知での就職を勧められてはいなかったのですが、実際に高知の企業、それも地元春野のよく知っている企業に就職することになった際には、両親が安心していることを強く感じました。

Q3

これからUターンを考えている方へのアドバイス

私の時代と、今の時代は違うかもしれませんが、会社説明会などで自分を積極的にアピールすることは大事だと思います。県外からの就職は不利ということはありませんが、自分の熱意を伝えることが自分の望む就職への第一歩です。

Q1

Uターンを考えた時に抱いた不安や期待

少子高齢化が進む高知県ですから、長い目での漠然とした不安がありましたが、実際に高知に帰ってきて地域の活気や、喧騒を離れた高知の安心できる雰囲気、今は過ごしやすさを感じています。

Q2

Uターンに対する両親の反応

両親には在学中から高知での就職を勧められていたので、僕が高知で就職を決意したときには、とても喜んでくれました。私の兄も京都の大学にいたのですが、今は同じく高知にUターン就職をしています。

Q3

これからUターンを考えている方へのアドバイス

僕もそうでしたが、高知の企業は衰退傾向にあるイメージを抱いている方は多いと思います。しかし実際に企業に触れてみれば、グローバルに活躍している企業はたくさんあります。まずは一度調べてみるということを実践してみてください。



ニッポン高度紙工業株式会社

【本社・本社工場】高知市春野町弘岡上648 ☎088-894-2321  
【安芸工場】安芸市植野1番地 ☎0887-35-8500 【南国工場】南国市十市4465-25 ☎088-847-8866

アルミ電解コンデンサ用セパレータにおいて、国内95%、世界60%の圧倒的なシェアを誇る。従業員と会社は大切なパートナーであるとの認識に立ち、日々さらなる人材育成、企業発展に向けて取り組んでいる。世界のために役立ちたいと本気で考えている熱意ある若者を全力で応援してくれる、高知生まれのグローバル企業だ。

COMPANY DATA



株式会社 城西館

住所/高知市上町2-5-34 ☎088-875-0111

予約サイトなどで数々の賞を受賞。地元はもとより、全国的にも知られる有名旅館。宿泊、ウェディング、宴会、レストラン、着地型観光、物販など様々な分野の事業を展開しており、何より人に感謝される仕事に就きたい方にオススメ！ 本人次第でひとりひとりが常に挑戦できる環境も整っているのも魅力。また、近年は女性が活躍するステージの準備と育成に力を入れるなど、ダイバーシティな取り組みもしている。

COMPANY DATA



# 就職に役立つセミナーや支援機関

高知の企業を知ろう!

今年も開催 **大学生のための就活準備セミナー**

**11月下旬 東京・大阪** で開催!!

参加  
無料

高知県への就職に関心のある大学生等を対象とした就職支援セミナー

セミナー  
内容

大学生・短大生・大学院生・専門学校生が対象で、参加は無料です。

① 企業経営者のスピーチ ② 若手社員の体験談 ③ 参加学生の交流会等



※写真は昨年開催されたセミナーの様子です。

主催：高知県商工労働部商工政策課 TEL.088-823-9692

## ジョブカフェこうち

「ジョブカフェこうち」は、高知県が設置している若者の就職を支援する総合窓口で高知市と四万十市にあります。毎週月・水・金開催される「集中セミナー」は大好評! 受講生が希望する内容に合わせて、相談員(キャリアコンサルタント)がマンツーマンで指導しています。(1回50分・無料)

- 内容 / ▶ 応募書類の書き方指導(履歴書、エントリーシート、礼状など)  
▶ 面接対策(質疑応答の練習、入退室のマナーなど)  
▶ 職業興味診断

● 予約方法 / 電話またはHPから

※就職相談は、毎日受け付けています。来所できない方は、電話やメールでも受け付けています。(保護者からの相談もお受けします。)  
※「ジョブカフェこうち」の連絡先は、本冊子の裏面をご覧ください。



県では、高知県での就職を応援する情報紙「高知県Uターン就職サポートガイド」を作成しています。

定期送付(年2回)をご希望の方は、発刊元の「高知県商工政策課」へ直接お申し込みください。また高知県商工政策課のHPからも申し込みができます。

高知県Uターン  
就職サポートガイド

高知県商工労働部商工政策課  
TEL(088)823-9692 FAX(088)823-9261



Uターン就職サポート  
ガイド申し込み

登録  
無料



就活のノウハウ

\プロに聞く! /

## 親子の 就活相談室



答えてくれる人  
高知県事業承継・  
人材確保センター  
人材確保コーディネーター  
吉井裕之さん

現代の就職活動には「親子のコミュニケーション」が大切。しかし、どのように声をかけ、アドバイスをしたらいいのかなかなか難しいところ。今回は実際に「こんな場合はどうしたらいいのか?」という疑問に、プロの方に答えてもらった。これを参考に親子で就活を乗り切ろう!

**Q1** 首都圏の大学に通う1年生。まだ就職のことは考えていないが、親としては高知に帰って、地元企業等で働いてもらいたい。どのようなことをアドバイスしたらいいでしょうか?

**A** 「Uターンして地元企業等で働いてもらいたい」という親の希望は、タイミングをみて伝えておきましょう。大学によって程度はありますが、1年生からキャリアガイダンスの開催や、地域別に大学の就職状況を情報提供をしています。大学から直接情報収集し、帰省の時などご子息との会話の中で希望を聞くことで、就職に対する地ならしをするという時期に位置付けておくのがよろしいのではないのでしょうか。地元企業にも上場・業界トップ企業がありますので、県庁・商工会議所・商工会に問合せをして地元企業の情報収集を少しずつ始めていきましょう。地方から東京に就職した方の約60%が「将来的に地元へ何らかの形で関わりたい」と思っているそうです。実際、昨年度就職支援をさせていただいた方の75%がUターン、20%が本人のパートナーが高知出身で、95%の方が高知県に関わりのある方でした。年齢は20代が15%、30代45%、40代・50代の方がそれぞれ20%でした。

**Q2** 関西圏の大学に通う2年生、県外の生活やアルバイトが楽しく、就職活動に関心がない、どのように息子に就職活動のアドバイスをしたらいいでしょうか? また、気をつけること等あれば教えてもらいたいです。

**A** まずは、「県外の生活はどうか?」「アルバイトは楽しい?」といった切り出し方で、ご子息のお話に興味関心を持ちましょう。説教や否定的な姿勢では好ましくありません。会話の中で「どこにやりがいを感じているのか」「どんな志向があるのか」がみえてきたら、「将来にどんな仕事がしたい?」「この仕事をするとしたら、どんな業界、企業があるかな?」と問いを投げかけてみましょう。思考が本人の「やりがい」「夢」に向いたとき、具体的な問いを投げかけられると素直に向かえます。ご子息の成長度合いを実感できるのではないのでしょうか。

**Q3** 県外の大学に通う3年生、高知の企業のことを聞かれても、地元には就職する企業が少ないと知人が言っていたが、県内での就職先をどのように探せばいいでしょうか?

**A** 地元企業にも上場・業界トップ企業がありますし、県庁・商工会議所・商工会に問合せをして、まずは地元企業の情報収集を始めましょう。また、地元や都心で開催される企業説明会等のフェアもありますので、適宜情報提供し、情報収集することもご子息に伝えましょう。認知度は低くても地元でがんばっている企業はあります。大手企業にない中小企業の魅力もございますので、最初から選択肢を絞り込むことなく、ご子息と相互で情報のやり取りをしながら地元企業の研究を進めていきましょう。

地元中小企業を選ぶ観点として

- ① 地元に着目して地元貢献度が高いかどうか
- ② 責任ある仕事を任せてもらいやすいかどうか
- ③ 社長との距離が近いかどうか  
(経営への参画意識がもてるかどうか)
- ④ 意思決定スピードが早いかどうか
- ⑤ 企業文化がご子息本人と合うか合わないか  
(職場の雰囲気など)

といったところが一般的にあげられます。

<吉井さんが在籍する所は>  
高知県東京事務所

東京都千代田区内幸町1-3-3 内幸町ダイビル7F  
TEL.03-3501-5541  
開所時間/平日8:30~18:15

