

保護者の皆さまのための  
高知県Uターン就職サポートガイド

# Uターン



高知家  
2018.07  
高知県



特集

## 「高知のよさ」を 見つけよう

「働き方」を考えてみよう ④

「高知で働く」を  
イメージしてみる ⑥

「高知の企業」を  
体験してみよう ⑧

インターンシップに挑戦してみよう ⑩

就職に関するご相談窓口

大学生・保護者の方のための就職セミナー情報 ⑫

2

Momoko Ando



Kazumasa Sashide



1969年群馬県生まれ。月刊『ソトコト』編集長。鳥根県、静岡県、奈良県など地域のプロジェクトに多く携わり、四万十市や津野町のアドバイザーを務める。まち・ひと・しごと創生本部「わくわく地方生活実現会議」委員。著書に『ぼくらは地方で幸せを見つける』（ポプラ新書）。趣味はフライフィッシング。NHK「サキどり」「4時も!シブ5時」でコメンテーターとして登場。



ソトコト編集長

指出一正  
さして・かずまさ

ぼくらは高知県で、  
幸せな働き方を見つける。



特集

# 「高知のよさ」を 見つけよう

全国に足を運びながらも「高知のよさ」に魅了されているという安藤さんと指出一さん。これからは、どこで暮らし、どんな働き方をするか、選択の時代に入っている!?

そのままでも生きやすい高知。  
ぶっちぎりで楽しく生きられる。

私が高知から受けたメッセージ、それは、むきだしの自分、そのままの自分で生きていんだーということ。肩の力が抜け、ハッピーに生きられるのが高知。数値化できない幸せがここにあります。

もちろん、酒がうまい!のもその一つ。ということは……酒造りに必要な、米、水、人が揃っているということ。米がうまい……ということは、土壌がいい、太陽の恵みがあるということ。水がいい……ということは、人体の70%を占める水の質がよく健康に生きやすいということ。人がいい……ということは、人から出る菌が活き、人らしい酒を造ろうとするエネルギーがあるということ。つまり、豊かな土地には心豊かな人が暮らしている、まさに「水が合う」とはこういうことを言うのではないだろうか。

日本中みんなが本質で生きられたら、生きるに幸せ、になるはずだと信じます。本質で生きやすい高知が目覚めたら、そこからハッピーな波が全国に広がるはず。そのことに県民が覚醒し、ぶっちぎりで楽しく生きれば、その楽しい空気感に県外の人々が惹き付けられるはず。一人が笑顔で踊り始めれば、世界中が踊り出す。こんなことに気づかされた高知からスタートする、それは私の選択でもあります。

1982年生まれ。東京都出身。2010年に自ら脚本を手がけた『カケラ』で映画監督デビュー。2014年、自身の小説『0.5ミリ』（幻冬舎）を妹の安藤サクラ主演で映画化。大きな話題となり、報知映画賞作品賞、上海国際映画祭最優秀監督賞・作品賞・脚本賞など多数の賞を受賞。同年、高知市に移住。一児の母でもある。

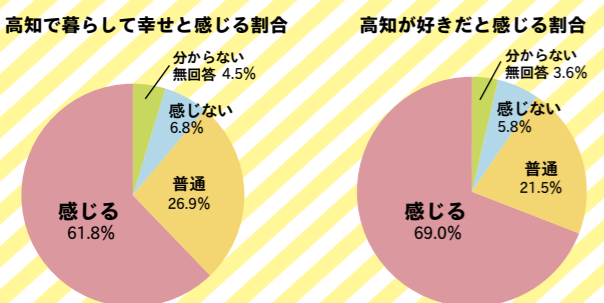
映画監督

安藤桃子  
あんどう・ももこ



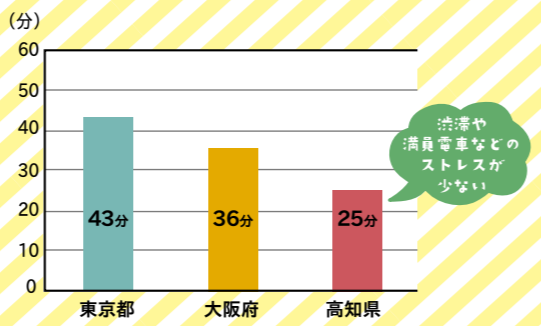
データで見る高知家の仕事・生活  
働きやすい。暮らしやすい。高知県。

高知県で暮らす人の好感度、幸福度が高い。



職場が近いので、家族と暮らす時間が長くなる。

通勤・通学時間が短い



高知の企業には、働きやすい環境がある。

転職率が全国39位と低い



出典：高知家の家族会議「高知県民総幸福度に関するアンケート調査」(平成28年6月実施)

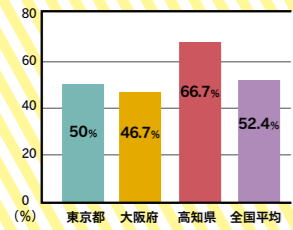
出典：「平成28年社会生活基本調査結果」(総務省統計局)

出典：総務省・統計局社会生活統計指標「統計メモ帳」

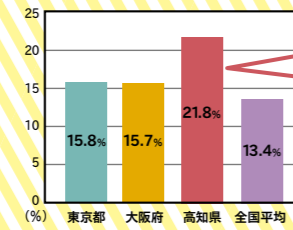
©Ittetsu\_Matsuoka

育児をしている女性（25～44歳）の有業率

※小学校入学前の幼児を対象とした育児



管理的職業従事者に占める女性の割合



高知県が  
全国1位

「女性が活躍する社会」は  
全国トップレベル

出典：総務省統計局  
「平成24年度就業構造基本調査」

データで見る高知家の仕事・生活  
働きやすい。暮らしやすい。高知県。

# 「働き方」を 考えてみよう

TALK WITH

誰もが社会人になる前に「働き方」について考えるもの。  
「どこで働くのか」も重要な要素ですが、さて、保護者は？ 子供は？  
いろんな考えから話してみませんか。

**母**：最近よく高知に帰ってきてるけど、就活はどう？  
**息子**：小学校の時に戦国時代のゲームにはまったのがきっかけで武将の家紋のデザインに興味が出て歴史が好きになったんだけど、研究は続けていきたいので院に行こうと思ってる。  
**母**：不安なことかある？  
**息子**：正直言うと、Uターンするか関西に残るか迷ってるんだ。  
**母**：研究職だと高知では仕事は限られるじゃない？そこが心配。  
**息子**：本州に比べると移動しやすいから調査がしやすいし、友人と話をしていると関西に残る人が多く、田舎に一人帰るのはちょっと不安。  
**母**：本音は、近くにいってもらいたい。でも高校、大学も自分が選択してきたし、就職も今学んでいることが活かせる仕事に就いてほしい。始めたからにはあなたの気のすむまでキッチリやってみなさい。応援するから。  
**息子**：昔から言ってるよね、その言葉。そのおかげで自分のことを優先して考えるようにしてきたので、恩返しじゃないけど親のサポートをしたいと思ってるから。



安岡 達仁さん(21)  
京都大学文学部4年  
[京都市在住]

歴史の研究を  
続けていきたい

始めたら最後まで  
やってほしい



江崎 陽子さん(60)  
パート[南国市在住]

自分はドイツ文学に関心があるので、そのことに関わっていたいと思っています。自分のしたいことを優先したいので、安定した仕事に就きたいという気持ちはないといえはうそになるけど、今は就職よりもむしろ研究を続けたいという気持ちのほうが強いです。  
大学院は後期博士課程まで行きたいと思っていますが、順調に進んだとしても27歳ごろまで身分は学生のまま。就職を考えている同級生からいって行かれるような感覚がしているし、もし博士の学位を取得したとしても、その後働き口を見つけられるかどうか不安で悩んでいます。

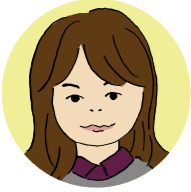
世界で  
羽ばたいてほしい



東森 歩さん(46)  
ファンデレイジング・マーケティング [南国市在住]

息子は岡山商科大学に通いはじめた2年生の後期から、一人でロサンゼルスに行くなどスイッチが入ったみたい。どうしてモノが売れるのかなどマーケティングに関心があるようで、海外のマーケットを自分の目で見たいと、英語を学びながら世界60か国以上で展開するスターバックスで働き、仲間を訪ねて行くことも増えてきたようです。  
本音としては、できれば高知に戻って県産品を海外へ外販する最前線の仕事をしてもらいたい気持ち半分。もう半分は、このままの勢いで海外に仕事を求めるのもいい、せっかく行動力が高まったのでUターンで縛りたくないという気持ち。奨学金の返済のことは、どっちに転んでもたぶん悩むと思います。

自分の興味に  
関わってほしい



西村 茉郁さん(20)  
明治大学文学部2年 [東京都在住]

**娘**：高校の頃、看護系の専門学校を考えたけど、都会での一人暮らしをしたくて進学しました。今も福祉に興味があり、学外のセミナーで勉強中。資格をとって福祉の仕事をしたいと思ってる。子どもの頃から祖母が身近にいたし、自分のことはいつも後回しで家族のために生きる母がいた、そんな影響かもしれません。  
親とは将来について、がっつりと話していません。親と話して解決することでもなし……友達や先輩が大事な相談相手。私は田舎向きだから、高知に戻る可能性もありかも。

興味のあることに  
トライしてほしい



丸山 桜子さん(19)  
早稲田大学文化構想学部2年  
[東京都在住]

「自活」目標に  
自分で決めてほしい



丸山 真里子さん(57)  
専業主婦 [いの町在住]

**母**：娘は目標がないので、全然頑張らない。期待して19年、今もスイッチが入っていない。私は教員を4年していたけど結婚して東京へ。高知にUターン後に娘が生まれ、夫の母と同居しながらずっと専業主婦。「お母さんみたいでいいわ」と言う娘に、「それは目標にはならん」と言い返したことがあります。  
どこで働いてもいいけど、「自活できるようになってほしい」が私の望み。これからは、悩み迷っても本人が決めていかんといかん。その都度、いいアドバイスができればと思う。

仕事が人生に占める割合は大きく、働くことは素晴らしいことと思っています。仕事は人との関わりの中でやっていて、個人を育ててくれ高めてくれます。自分が好きな仕事ほどそうなるのだと思います。娘は歌の勉強をしていますが、まだそこまでの話をしたことはありません。  
就職できれば高知で、が本音です。近くにいれば会いやすいし、家庭を持った時にも育児の手助けできるし。ただ、娘が挑戦したいことの重荷になってはいけないと思っていて、これも伝えていません。親の人生ではなく子供の人生なので、好きなことに夢中になってほしいです。

好きなことに  
夢中になってほしい



廣井 聡文さん(48)  
ミタニ建設工業株式会社 総務部 [高知市在住]

学んだことを  
活かしたい



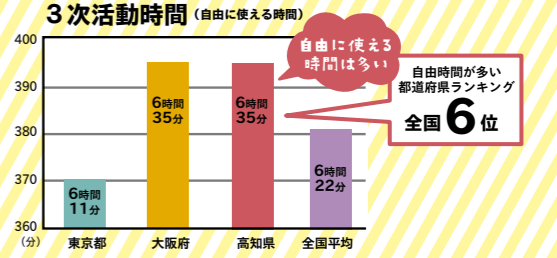
長尾 信剛さん(23)  
四国職業能力開発大学校  
応用課程生産機械システム技術科2年 [丸亀市在住]

ポリテク大学へ進学したのは、中学で理科、高校で物理が得意だったからで、実はなんとなくでした。行ってみて、実習が多く単位取得はきついくけど、環境はいいし手に職がつくし、思った以上によかったです。  
両親は口では「県外でもいい」と言っていたけど、姉が滋賀に嫁いでから、帰ってきてオーラを感じました。自分はまだ親への反抗心はないし、高知には友達も多いし、仕事は学んだことを活かしたいと、まず高知の大手製造業を狙いました。1社から内定をもらいましたが、会社の雰囲気もよく、社長もいい人です。今は1年かけてロボットを設計するという卒論に取り組んでるところです。

データで見る高知家の仕事・生活  
働きやすい。暮らしやすい。高知県。

全国と比較すると  
自由に使える時間が多い。

出典：総務省統計局  
「平成28年度社会生活基本調査」(総平均時間)



自由に使える3時間が多い  
自由時間が多い  
都道府県ランキング  
全国6位

# 「高知で働く」をイメージしてみる

高知を働き場所に定めた人はどんな理由で決めたのだろうか？ Uターンした 若手社員、Uターンを戦力とする企業、その体験からヒントが見つかるかも。



## もがき苦しんだ 実体験を持つ人に

●株式会社ソフテック総務部 総務課  
竹村 崇史 さん(43)

Uターン者は親の庇護下ではなく自立環境を経験しており、その強みは何事も自分で判断・決断し自己責任を取ろうとする「マインド」にあると思います。

会社には1割のUターン者がいますが、社員としてはマインドの違いはあっても役割に影響はありません。仕事では実務の遂行能力が問われるため、マインドだけで任せるものではないのです。もっと言うと、Uターンであってもなくても、どれだけマインドを揺さぶるほどの汗をかいてきたか、成長を感じ取れたか、そこから自分を語る物語を創り上げることが必要です。なぜならば、役割は経験・実績から得た信頼で構成されるからです。居心地の悪い環境下へ身を投げ、そこで自己の存在意義を示そうともがき苦しんだ実体験を持つ人間が強いことを企業は知っています。

県外で暮らすことは、自分を変化させる大きなチャンスです。新しい自分を創造できる機会を存分に活かしてもらいたいと思います。

## 創意工夫を続ける リーダーに

●宇治電化学工業株式会社 管理部  
川村 進一 さん(50)

社員は全体で約100人、新卒が7割、中途が3割くらいです。もともと95%が高知出身なので、Uターンであっても上手く溶け込めていると思います。

大企業に就職したいという満足感(待遇、給料が良い)の発想だけでいけば、高知には企業はないのかもしれませんが、しかし、生涯のライフワークという幸福感(やりがい、安心感)の視点でいけば、生まれ育った高知でという感覚も芽生えると思います。

3年前、大阪での就職セミナーで出会った学生も最初は「高知には魅力的な会社はない」という考えだったようですが、私たちの業種・業態を知ることによって「さまざまな研磨剤



で金属をピカピカに磨き上げることに奥深さを感じた」と入社を語ってくれました。今後は機械の進化によって作業員の数は減っていく時代になるでしょう。

今は製造部門で研磨材の材料の管理にあたっていますが、いろいろ経験を重ね、システムエンジニアたちと創意工夫しながら事業展開していけるリーダーとなってもらいたいと思っています。



## 高知のローカルから 世界を相手に！

●ニッポン高度紙工業株式会社 管理部人事課  
窪内 祐衣 さん(30)

力」、多角的に事象を捉えて判断する力が重要です。

Uターン者は、高知県にはない便利な生活の経験を持つ一方で、高知にしかないモノも知っています。仕事を進めていくためには、1つの事象を多方面から捉え、現状をより良くするために何をすべきかを考える力が重要になりますが、その前提となる「違いに気づく」感性が養われている方が多いように思います。

現在はインフラも発達し、Uターンの垣根は低くなっています。あなたの大好きな高知に生活の基盤を置き、世界と戦えるモノ造りができる点は大きな魅力ではないでしょうか。



## スキルアップを し続けたい

西内 祥子 さん(25)

●社会医療法人仁生会 細木病院  
薬剤室 薬剤師【入社2年目】  
神戸学院大学(土佐女子中学・高等学校)

私は薬剤師をしています。高知県には薬学部のある大学がないため薬剤師はUターンでの就職となります。関西圏に就職する友人もいたし、一度戻るともう県外に出ることはなくなるだろうし、一度は県外で働いてみようと思い親に話をすると、近くに来てほしいと言われたことがあり、よさこい祭りが好きだったことも手伝って帰る決断につながりました。

高知県は薬剤師不足です。言い換えると、高知で働くということは一人当たりの役割が大きいということ。やりがいを持って働くことができるはず。就活では高知市内のいくつかの病院を見学しました。たとえ地方であっても仕事のスキルアップをしていきたい、それがチェックポイントでした。細木病院では、勉強会の定期的な開催があり、他職種との連携もよく、勤務体制や通勤時間が自分の無理のない範囲内であったことも私に幸いました。

戻ってみると友人も多く、最初に思っていたよりも帰りたいと思っている人はいるのだと感じました。

## カッコいい会社で 自分らしく

宮田 航希 さん(23)

●株式会社SKK【入社2年目】  
横浜市立大学(追手前高等学校)

就活は、自分を見つめ直すいい機会でした。自分のライフスタイルに合っているのか、数十年暮らして何を幸せと感じるのか、を考えることになったんです。

大学時代は父親が単身赴任で横浜にいて、二人暮らし。通学の満員電車で揺られることが本当に辛かったことをよく覚えています。ここで大きな会社に就職するのが幸せとも考えましたが、高知に帰ると居心地の良さにほっとする自分がいたんです。

高知の企業に決めたのは、1つは会社の雰囲気から惹かれたこと。フランクで硬くなく、コミュニケーションが取りやすいと思いました。もう1つは、大型クレーンなどの建設機械のカッコ良さに魅了されたことです。船舶用クレーン



の専門メーカーとして、会社が一致団結して一から造るといった社風も決め手となりました。

自分の趣味は油絵なんです。その火がついたきっかけは上野の美術館。都会にはそんな魅力もありますが、高知には牧野植物園があれば豊かな自然や植物がある。仕事をしながら、自分らしくを実現していきたいと思っています。



## 好きな高知 好きな業種で働く

神岡 夏子 さん(27)

●株式会社SHIFT PLUS  
プロダクションサポート部【入社1年目】  
日本大学(土佐塾高等学校)

就職が身近になり、自分の趣味や好きなことを活かせる高知の企業が少なく不安だった当時、周りにひた隠しにしてきたジャンルである「ゲーム」の経験者を募集している企業があるのを知りました。もちろん両親や姉たちに「自分にふさわしい」と胸を張って言える職務内容・スキルだったし、決まった時はようやく育んでくれた高知という地に足をつくことを許してもらえたといった気持ちになりました。

働いて得た収入が高知の経済を潤す糧になるのはうれしいし、県外の人に負けないキャリアを築き、自分らしくがんばって行きたいと思っています。

もともと私は「高知で働きたい」というよりは「高知で働くことしか考えていなかった」ほど、高知大好き人間なんです。たまたま東京の大学に行きましたが、都会は流行が入り混じっていて刺激的で「また行きたい」所ではあっても、「そこで就職したい」所ではありませんでした。むしろ「高知」のブランドとともにいたかったというのが正直な気持ちです。



Q&A



# 「高知の企業」を体験してみよう

高知には仕事はない？

いえいえ、企業の大勢はただもらなければいけません。

大きく可能性を広げてみませんか。

## Q1 インターンシップできる高知の企業を探すにはどうしたらいいでしょう？

A

複数の方法があるので、いろいろあたって探してみてください。リクナビ、マイナビ等、大手や地方のサイトを検索してみましょう。でもなかなか高知情報は豊かでない場合もあります。そこで、県庁、市役所等の公共機関のホームページを覗く、県や企業が主催する首都圏、関西圏での説明会にエントリーする、その他に県の経営者団体（経営者協会・中小企業家同友会・経済同友会等）にも情報がありますので、直接連絡して紹介してもらおうのもいいでしょう。

## Q2 高知県内でインターンシップするには？

A

夏休み、冬休みの期間にインターンシップを実施する企業が多いですが、日程はまちまちですし、期間もいろいろです。企業を知るというだけの目的であれば1日インターンでもいいし、企業を深く知り自己成長へつなげるなら一定の期間が必要です。自分が可能な期間や、どんなインターンをしたいのかの希望を作って、企業に直接相談することをお勧めします。案外、皆さんの希望を受け入れてくれると思います。

## Q3 自分にあったインターンシップはどうしたら見つかるのでしょうか？

A

まず、自分自身のことを知ることから始めたらどうでしょう。「どのような働き方をしたい？」「何が得意で、どんなことが苦手？」「やる気が出るのはどんな時？」など考えてみるのです。すべて答えが出なくても、問題意識を持って体験してみたいと思います。実際に現場や人に触れることで、企業の対応や雰囲気、仕事の楽しさ、高知で働くことの魅力など、思わぬ発見があると思います。

## Q4 インターンシップの前に、高知県の企業の特徴を知っておきたいのですが……。

A

高知の企業の多くが中小企業ですが、世界に誇れるキラリと光る技術を持っている企業や、素晴らしい自然の中で育まれた農業や林業、水産業を中心に5次産業に携わる企業、また高知ならではの、漫画やよさこい文化に関わる企業など、他県では体験できないようなユニークな企業がたくさんあります。そして何より、高知の「人を大切にする風土」が皆さんの今後のキャリアを考える上で、とても大切な視点を提供してくれる可能性が大いにあると思います。

## Q5 最後に一言

A

インターンシップは将来を見据えて職種で選定するというより、その前段として余裕を持って体験できるものです。予想もしなかった自分自身に出合ったり、対象外と思っていた企業と出合ったりできるかもしれません。地元・高知の豊かな環境の中で、「働くとは」という問いかけに一度向き合ってみてはどうでしょうか。百聞は一見に如かずです、さあ、チャレンジしてみましょう！

清藤 勝成 さん(24)  
●2015年入社 ネットヨタ南国株式会社  
香南市出身 | 大阪経済法科大学



インターンシップの選定は「どこまで見せてくれるのか、見れるのか」を考えながら、社員の方と自由に話ができるツアーに積極的に参加し、ここでぜひと決めました。将来、自分が働くことになるかもしれないので、できるだけ雰囲気を知りたかったからです。期間は11日間あり、半分は自分自身を振り起こしながらインターン生同士でディスカッション、半分は営業に同行したり工場の見学を行ったりでした。  
大阪では高知で働く人と話したことがなかったのですが、インターンをして「高知で働くのもいいな」と思い始めました。大阪では何社か受けましたが、ネットヨタ南国は現場の意見を多く取り入れる、特に若い社員が会社のハード面・ソフト面のマネジメントを考えると、という環境が魅力的でした。試行錯誤の連続で時には辛いこともあります、責任感を持って取り組めるので、やりがいを感じています。

## 2 佐藤 響 さん(21)

●2017年入社 四国情報管理センター  
株式会社システム部事業推進室  
高知市出身 | 高知開成専門学校・システム開発科



もともとシステムエンジニアとして働きたいと思いを続けました。就職が目前に迫り、業界理解をより深めたいと思いインターンシップを申し込みました。インターンでは、会社の概要を聞いた後、Pepperを使ったプログラミング実習を行いました。実習は1日でしたが、企業の方と終日関わることで、会社の雰囲気や業務のイメージを掴めたことがよかったです。二人一組で課題に取り組みましたが、お互いのイメージをアウトプットして形にすることがとても難しかったです。ただ、この経験から、抽象的な説明を段々と具体的な説明に変えていくことを覚え、自分の思いや考えを表現しやすくなり、コミュニケーション能力がアップしたように思います。  
その後の会社説明会では、将来的に世界に向けたサービスを提供したいという姿勢や、ミスマッチがないようにと何度も面接してくれたことに、会社の志の高さや思いやりを感じて入社を決めました。

## 3 森 陽子 さん(22)

●2018年入庁 高知県地域福祉部児童家庭課  
四万十市出身 | 高知大学



先輩からの情報で県庁のインターンシップを知りました。学生時代は「仕事＝アルバイト」だったので、初めて「職場」に飛び込む感じで不安でした。2週間での複数の課の課を回り、デスクワークを始め、職員の研修に同行したり、イベントの受付業務に携わらせていただいたりしました。よかったのは、ホームページやパンフレットからだけではわからない、職場の環境を体験できたことです。参加前まで、自分は適性があるのか自信がありませんでした。仕事の内容だけでなく、どのような人とのような人に向けて仕事をしているのか少しも掴めたことで、不安が払拭されたように思います。  
実は大学3年から公務員講座を受け始めたのですが、専攻とは別の科目を勉強することは正直苦しかったです。しかしインターンをしたことで、モチベーションが上がりました。そのことで、将来の自分の姿が具体的に思い描けるようになり、目的意識が生まれ、試験まで挫折せず頑張り続けることができたと思っています。

# インターンシップに挑戦してみよう

百間は一見に如かずです。「高知の企業を知る」絶好のチャンス。高知の企業でインターンをしてみませんか。  
(県に登録されている情報を掲載しています。実際にはもっと多くの企業で実施されています。)

## メーカー(歯科医療用材料)

【香南市】  
YAMAKIN 株式会社  
0887-55-0120



【高知市】  
株式会社 サンシャイン  
チェーン本部  
088-882-4711



## ICT

【高知市】  
四国情報管理センター  
株式会社  
088-825-3571



【高知市】  
チカミルテック株式会社  
088-822-1181



## ブライダル

【高知市】  
ウェディングプランナー  
りぼん  
088-837-1722



【香美市】  
株式会社 土佐山田  
ショッピングセンター  
0887-52-2131



【高知市】  
株式会社 SHIFTPLUS  
088-802-5366



【高知市】  
ニッポン高度紙工業株式会社  
088-894-2321



## 旅館

【高知市】  
株式会社 城西館  
088-875-0191



【南国市】  
中澤氏家業株式会社  
088-802-5111



【南国市】  
株式会社 ソフテック  
088-880-8877



【高知市】  
株式会社 ハート  
088-882-4788



## 葬祭

【香美市】  
株式会社 テラムラ  
(寺村葬儀社)  
0887-53-5151



【南国市】  
株式会社 フタガミ  
088-864-4500



【高知市】  
バンフィックソフトウェア  
開発株式会社  
088-850-0501



【高知市】  
株式会社 浜幸  
088-866-2323



## 交通

【高知市】  
とさでん交通株式会社  
088-883-7113



【高知市】  
宮地電機株式会社  
088-834-0181



【高知市】  
株式会社 ビューウェブ  
株式会社 ビューウェブクリエイト  
088-855-4579



【南国市】  
ひまわり乳業株式会社  
088-864-5800



## サービス(環境)

【高知市】  
四国管財株式会社  
088-884-3777



【高知市】  
和光商事株式会社  
088-883-3185



【高知市】  
宇治電化学工業株式会社  
088-832-6161



【香美市】  
睦月電機株式会社  
0887-52-0006



## 医療・福祉

【南国市】  
社会福祉法人土佐厚生会  
088-862-3444



【高知市】  
株式会社 高知ハウス  
088-824-6811



【高知市】  
株式会社 上町池澤  
088-823-5225



【香美市】  
株式会社 山崎技研  
0887-57-6222



## 出版・印刷業

【高知市】  
株式会社 飛鳥  
088-850-0588



【高知市】  
株式会社 ファースト・  
コラボレーション  
088-882-1110



【高知市】  
高知トヨタ自動車株式会社  
088-885-1580



【高知市】  
兼松エンジニアリング株式会社  
088-845-5511



## 金融

【いの町】  
ニヨド印刷株式会社  
088-892-0218



【高知市】  
株式会社 高知銀行  
088-871-1326



【高知市】  
高知トヨペット株式会社  
088-885-1255



【高知市】  
株式会社 サニーフーズ  
088-878-8925



## 飲食

【高知市】  
株式会社 技研製作所  
088-846-2933



【高知市】  
株式会社 四電工  
088-833-1211



【高知市】  
株式会社 技研施工  
088-803-1192



【高知市】  
株式会社 土佐ひかりCDM  
088-803-8873



## 農・林・漁業

【いの町】  
有限会社 高知アイス  
088-850-5288



【高知市】  
関西新洋米村株式会社  
088-802-5010



【高知市】  
新進建設株式会社  
088-882-7166



【四万十町】  
株式会社 生田組  
0880-22-1225



## 建築・建設

【高知市】  
株式会社 高南メディカル  
088-846-7150



【高知市】  
構営技術コンサルタント  
株式会社  
088-850-0550



【香南市】  
四国開発株式会社  
0887-55-4133



【奈半利町】  
有限会社 磯部組  
0887-38-4721



【日高村】  
澁谷食品株式会社  
0889-24-5131



【高知市】  
須工ときわ株式会社  
088-837-8800



【高知市】  
株式会社 トラスト建設  
088-875-2100



【四万十町】  
豚座建設株式会社  
0880-34-6031



## 製造業

【黒潮町】  
有限会社 ソルティープ  
0880-55-3226



【仁淀川町】  
池川木材工業有限会社  
0889-34-2015



【高知市】  
株式会社 轟組  
088-834-1011



【高知市】  
入交建設株式会社  
088-885-4777



【高知市】  
株式会社 太陽  
088-846-1230



【南国市】  
井上石灰工業株式会社  
088-855-9975



【高知市】  
ミタニ建設工業株式会社  
088-844-2111



【高知市】  
尾崎建設株式会社  
088-872-6392



【いの町】  
株式会社 近澤製紙所  
088-892-0126



【南国市】  
株式会社 栄光工業  
088-864-1116



【大川村】  
有限会社 山中建設  
0887-84-2913



【高知市】  
和建設株式会社  
088-885-5888



上記の企業インターンシップについてご相談のっています。  
● NPO法人人と地域の研究所(担当:山田憲人)へ



【高知市】  
株式会社 サニーマート  
088-802-7130



## 一般社団法人 高知県移住促進・ 人材確保センター

高知市本町4丁目1-32こうち勤労センター5F  
TEL. 088-855-7748  
開所日 月～金曜日  
※土・日・祝日・年末年始休み  
開所時間 9:00～18:30  
Mail: iju@ken3.pref.kochi.lg.jp

## ハローワーク 高知若者相談コーナー

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル3F  
TEL. 088-802-2076  
開所日 月～金曜日  
※土・日・祝日・年末年始休み  
開所時間 10:00～18:00  
http://www.jobcafe-kochi.jp/hellowork/

## ジョブカフェこうち 幡多サテライト

四万十市右山五月町8-13  
アピアさつき1F  
TEL. 0880-34-6860  
開所日 月・水・金・日曜日  
※年末年始は除く  
開所時間 13:00～17:00

## ジョブカフェこうち

高知市帯屋町2丁目1-35  
片岡ビル1F・2F  
TEL. 088-802-2025  
年中無休 ※年末年始は除く  
開所時間 10:00～19:00  
http://www.jobcafe-kochi.jp/

高知県の  
就職に関する  
ご相談窓口

KOCHI

大阪 OSAKA

## 高知県大阪事務所

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  
開所時間 8:30～18:00

東京 TOKYO

## 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 8:30～18:15

## SEMINAR INFORMATION

# 大学生・保護者の方のための就職セミナー情報

高知県での就職に興味のある大学生・短大生・大学院生・専門学校生を対象に  
高知で働くことや企業の魅力を紹介し、高知での就職や暮らしについて考えるセミナーを開催します。

学年問わず参加可 | 普段着可 | 参加費無料

就活セミナー

## 企業研究セミナー

Let's Action!

in高知



2018  
8/17

こうち男女共同参画センター「ソーレ」大会議室  
高知市旭町 3-115

各部 6 社参加予定

好きな部だけ出るもよし!全部の部に出るもよし!

第1部 9:45~12:00 (9:30 受付)  
高知のものづくり企業特集

第2部 12:45~15:00 (12:30 受付)  
ワーク・ライフ・バランス推進企業特集

第3部 15:45~18:00 (15:30 受付)  
社員の成長をバックアップしてくれる企業特集



詳細はこちら

東京

TOKYO

2018  
10/27

AP渋谷道玄坂

セミナー&  
グループトーク(予定)

大阪

OSAKA

2018  
10/28

AP大阪梅田茶屋町

セミナー&  
グループトーク(予定)

保護者向けセミナー

KOCHI

2018  
9/30

高知ちばさんセンター

セミナー&  
グループトーク(予定)

### 高知県Uターン就職サポートガイドの 定期送付、申込みの案内

定期送付(年2回)をご希望の方は、  
発行元の「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。



### 高知求人ネットの紹介

高知求人ネット学生向けページでは、  
就活生向けメールマガジンを配信しています。

- 就活関連セミナー情報
- インターンシップ情報
- 合同説明会情報など



高知求人ネット 学生

検索

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

http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151401/

