

SOPHIA U

2026年度 上智大学地域懇談会

就職支援について

2026年6月7日・6月28日・7月2日

上智大学キャリアセンター



FOR OTHERS, WITH OTHERS

◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



1.キャリアセンターについて

就職・進路に関する支援・相談

- 場所: 四谷キャンパス 2号館1階
- 開室時間: 月～金曜日 / 9:30～17:00
- スタッフ数: 9名
- キャリアアドバイザー数: (非常勤) 26名

1.キャリアセンターについて

キャリアセンターの支援内容

ガイダンス開催数

約**100**件/年

OBOG交流会
インターン説明会 企業数

約**60**社/年

ガイダンス参加
のべ学生数
約**7,000**人/年

個別相談利用
のべ学生数
約**5,300**人/年

就職求人受付数
約**55,000**件/年

・キャリア科目
・インターンシップ
科目(国内外)

・キャリアディベロップメント
・キャリアデザイン演習
・グローバルインターンシップ
・経済同友会連携インターン
シップ など



ポータルサイト「WEBキャリアセンター(学生専用)」

キャリアセンターが発信する情報をまとめて掲載しています。



Sophia University WEB Career Center

※ 本サイトは在学中の上智大学正規生のためのサイトです。
卒業生、科目等履修生、聴講生、上智生以外の方はご退出ください。

WEBキャリアセンターへようこそ

English Page Here

キャリアセンターからのお知らせ

NEW **【重要】2024年3月は個別相談の予約を出来るタイミングが変わります。**

- 【注意】キャンパス外でピラ配りをしていた就活生について
- 【注意】ベネッセ社員を名乗る不審な電話について
- 【注意】電通の人事担当者を名乗る不審な電話について
- 【注意】学料LINEグループ等への部外者の招待について

NEW 2024年度JALエアラインスクール上智大学個別開催について



目的別に探す

個別相談を予約する	ガイダンスを探す
	
OB・OGについて知りたい	業界や企業を知りたい
	
求人を探す (25卒)	インターンシップ等を探す
	

◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



2. 就職環境の現況

2027年卒:倍率は微減。ただし、採用意欲は高い

求人倍率とは

民間企業への就職を希望する学生一人に対し、企業から何件の求人があるか



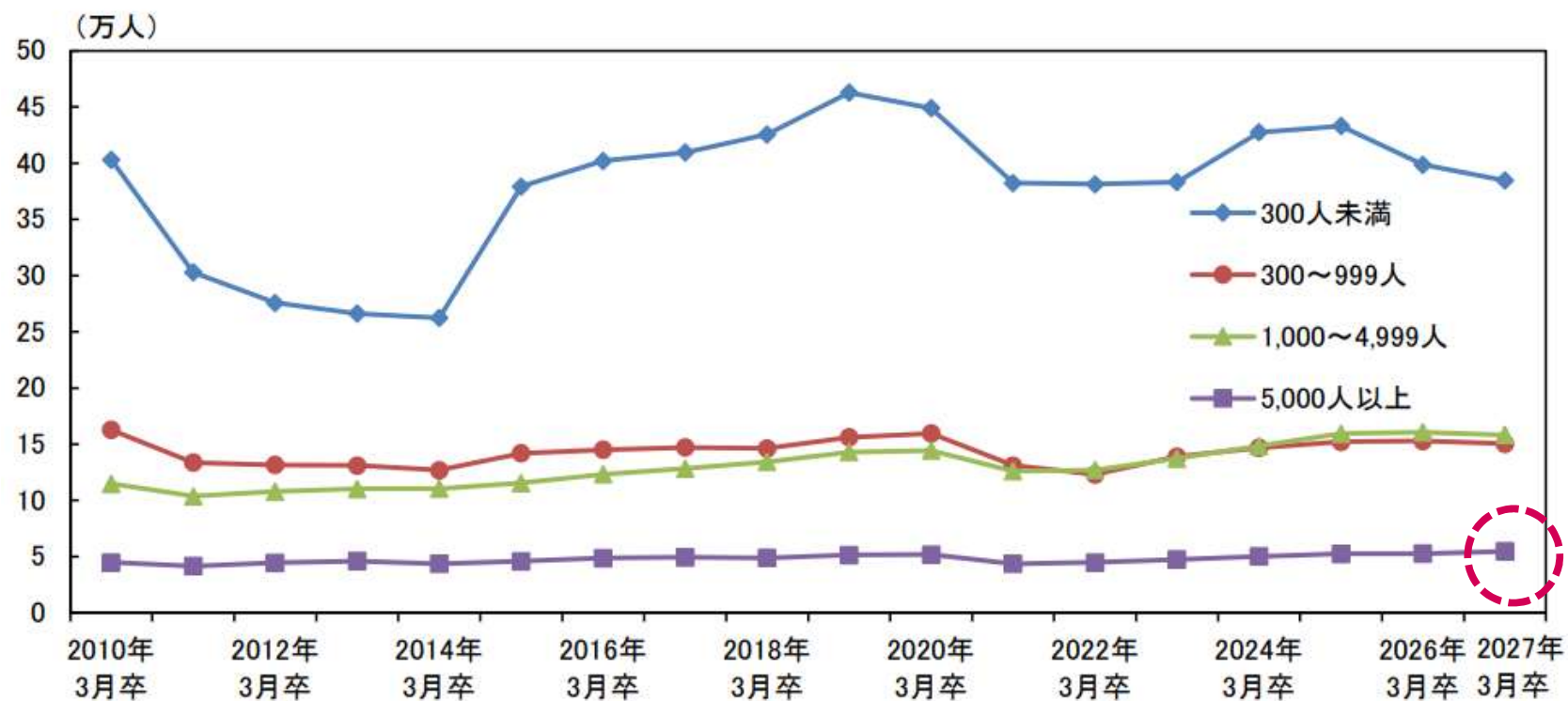
2027年卒
1.62

2. 就職環境の現況

従業員規模では求人倍率にばらつき

「5,000人以上企業」の求人数は5.5万人と、前年より0.2万人の増加

従業員規模別 求人数の推移



株式会社リクルート「第43回ワークス大卒求人倍率調査(2027年卒)」

2. 就職環境の現況

新卒採用に関わる最近の報道から

【一部の大手企業では新卒採用数を削減 量より質へ】

- ・クボタ 2027年度入社の新卒採用、前年度より38%減
- ・三菱電機 2027年度入社の新卒採用、前年度より18%減
- ・パナソニックHD 2027年度入社の新卒採用、前年度より200名減

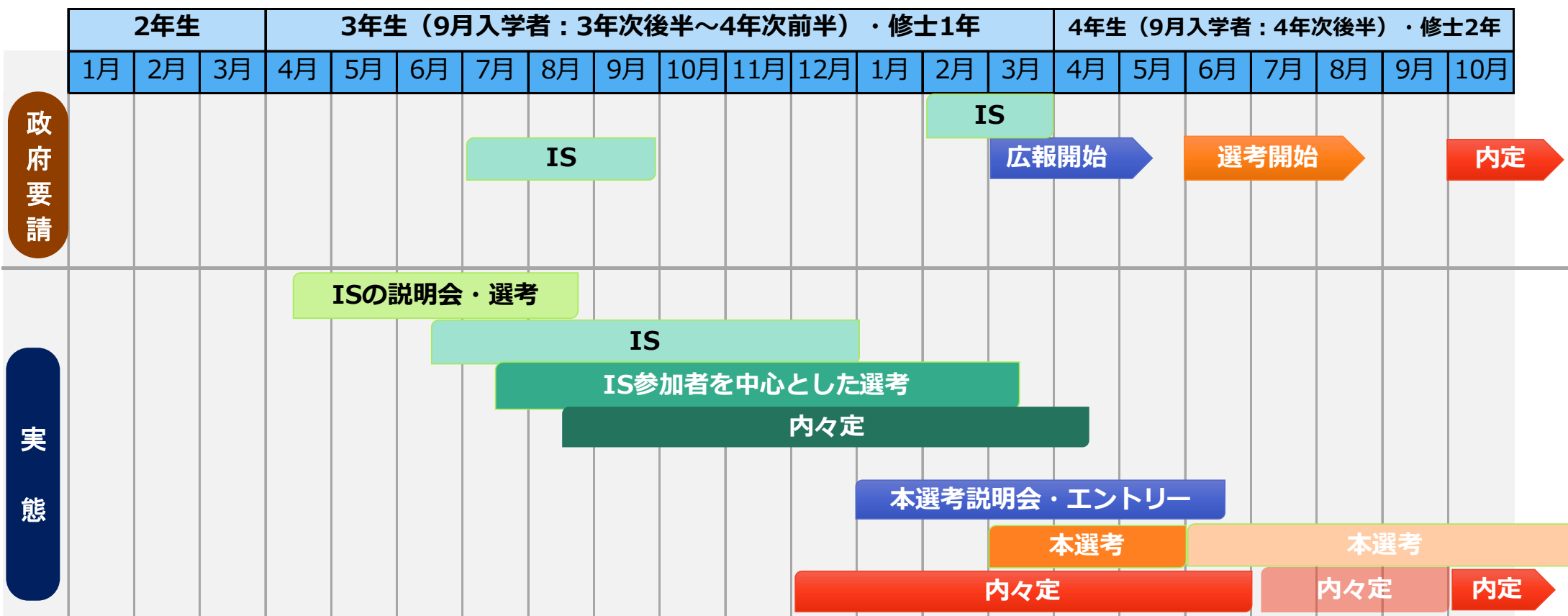
他者との協働、様々なことへの挑戦を通じて大学生活を充実させること
自分自身の魅力を自分の言葉で伝えられること

◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



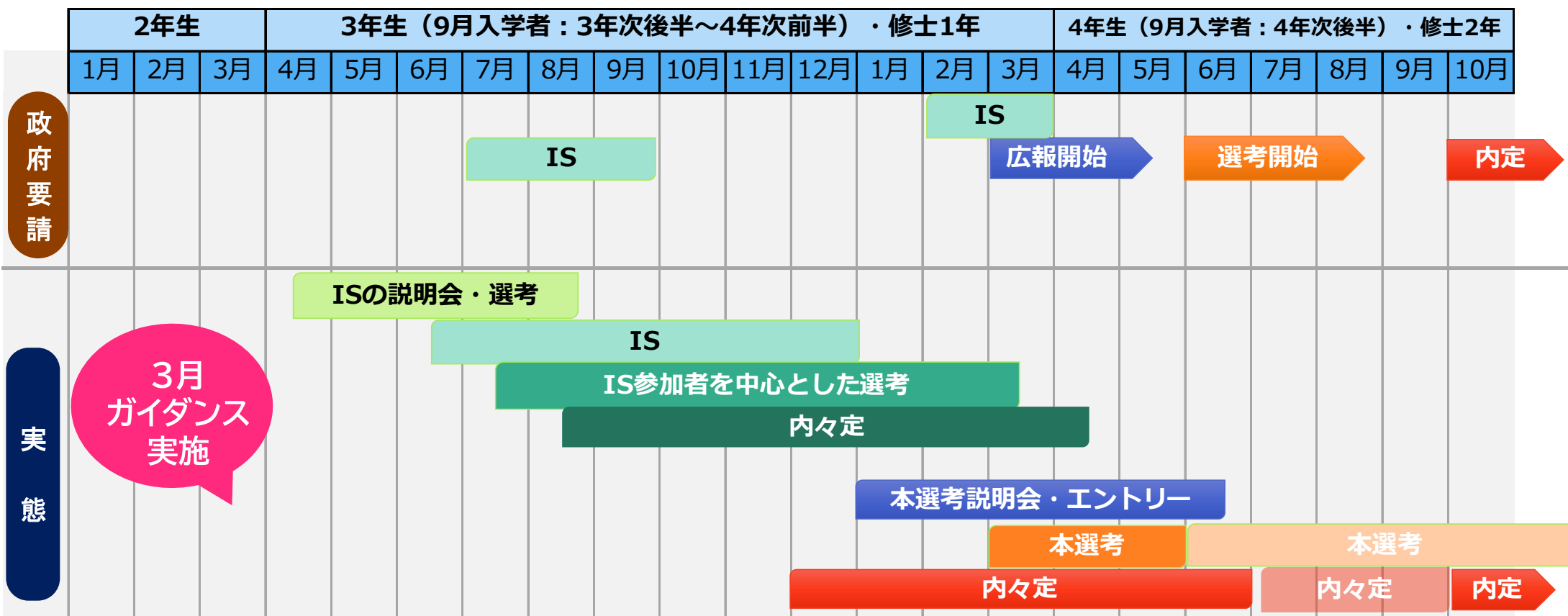
3. 就職活動のスケジュール



IS=インターンシップ等

* 9月卒業者は、次の3月卒と同様のスケジュール
 * 内定先が4月入社の場合は卒業後入社まで待機

3. 就職活動のスケジュール



IS=インターンシップ等

*9月卒業者は、次の3月卒と同様のスケジュール
*内定先が4月入社の場合は卒業後入社まで待機

3. 就職活動のスケジュール

Point! インターンシップ(IS)等とは？

- ・3年生の夏休み前後に実施するものが多い
- ・実施期間はまちまち。基本的に、大手人気企業では選考がある。
- ・実施内容に関わらず、企業側は採用のファーストステップとして利用している
- ・採用直結型ISは増えているが、現状では、本選考からの採用が主流
- ・ISに参加しない・できない場合でも内定を得ている学生は多い
- ・エントリーだけでも意味がある

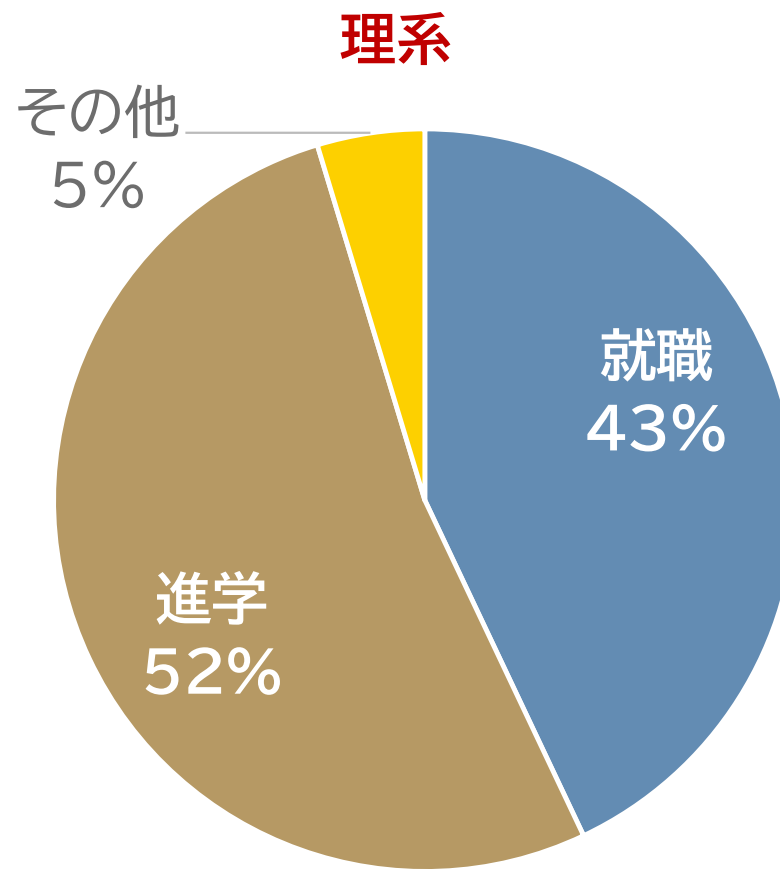
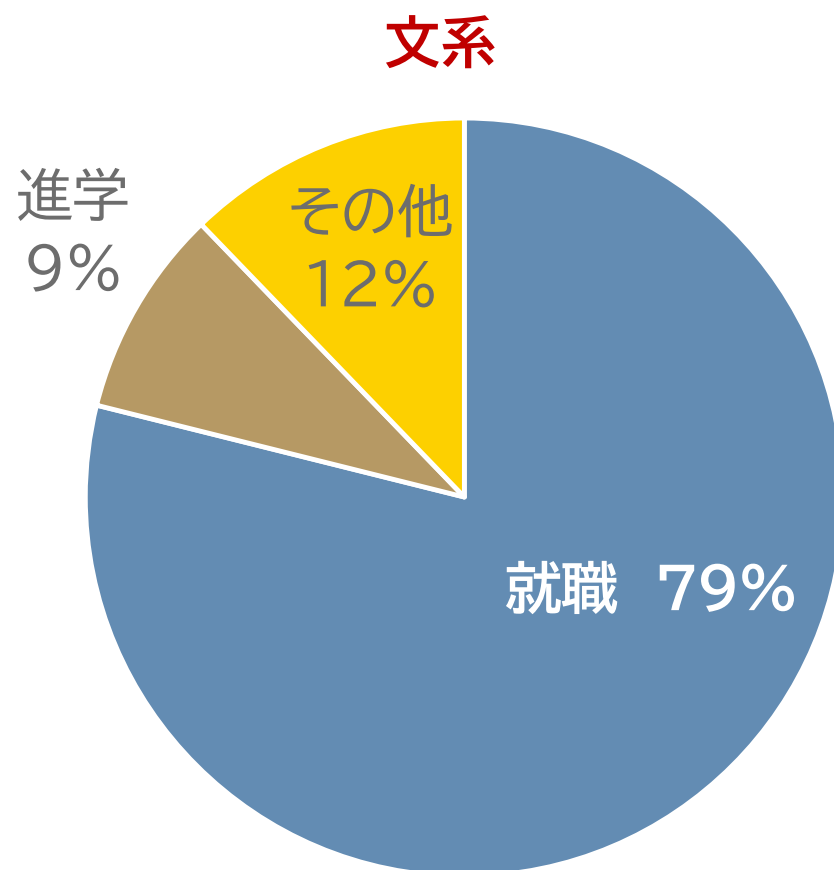
◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
- 4. 上智大学の就職状況**
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



4.上智大学の就職状況

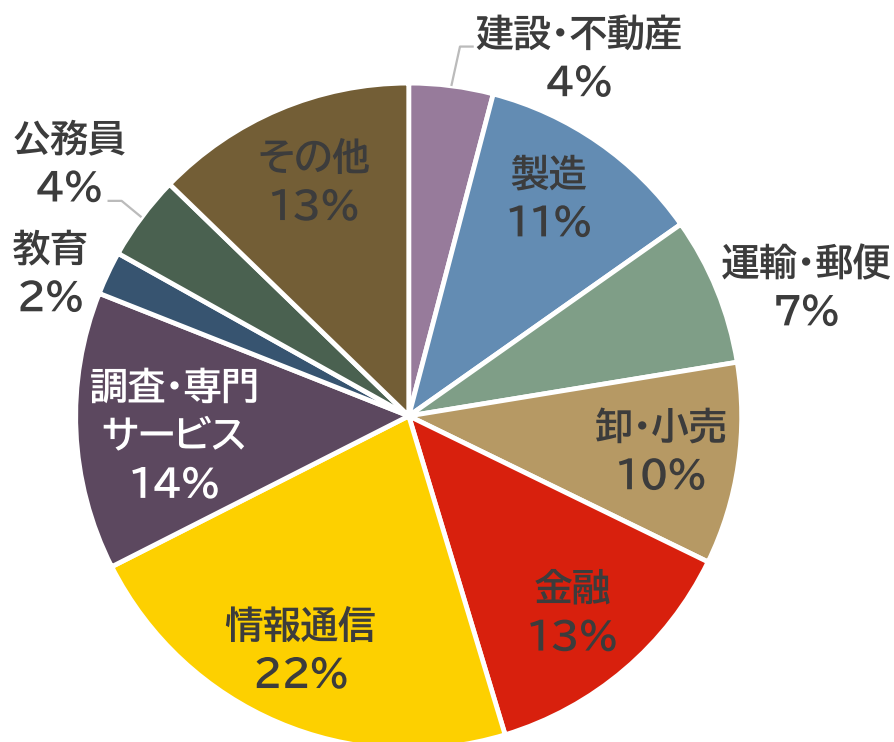
2025年度 学部生進路



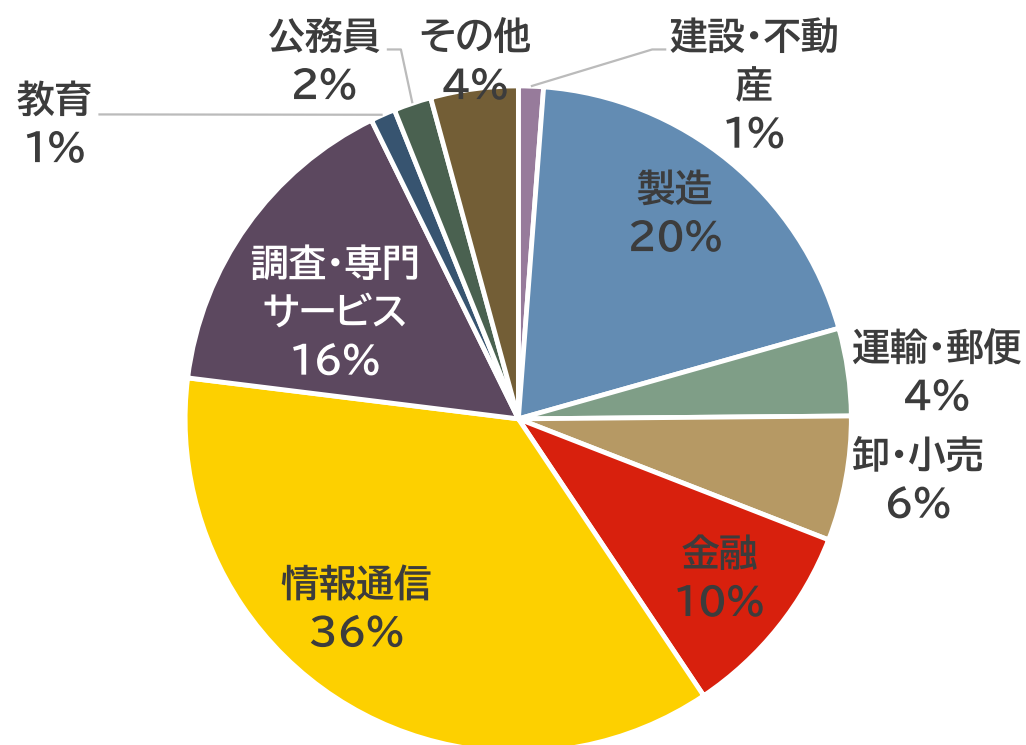
4.上智大学の就職状況

2025年度 学部生業界別進路

文系

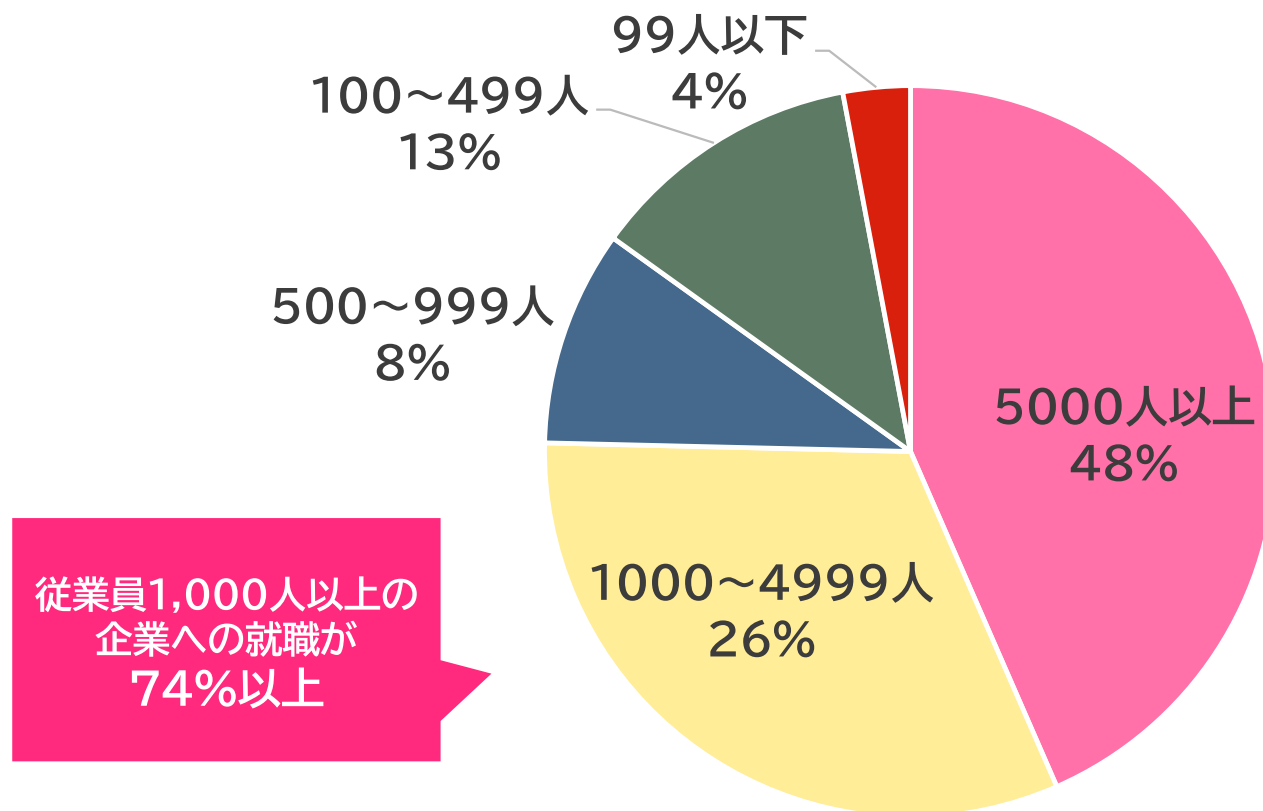


理系



4.上智大学の就職状況

2025年度 上智生の就職先の従業員人数別の割合



*学部生のみ(従業員数非公開・不明企業を除く)

4.上智大学の就職状況

- 過去5か年分の学部と大学院の進路先、公務員、進学状況などの情報を大学公式WEBサイトに公開しています。

キャリアセンター入口にQRコード掲出中



◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



5. キャリアセンターの学生支援

主なガイダンス

■総合就職ガイダンス(就活の基本ガイダンス)

3年生直前の春休みから全10回開催。就活スケジュール、基礎的な知識、最新情報などを段階を踏んで解説。就職活動のペースメーカーに。

■キャリア形成支援ガイダンス(低学年向けガイダンス)

1・2年生対象の将来のキャリアを考えるためのガイダンス。講座形式のほか、他大と合同のワークショップなども実施。

■採用試験対策

筆記試験やES、自己PR、面接等の採用試験を具体的にイメージし対策を立てるシリーズ。模擬面接・模擬グループディスカッションも。

5. キャリアセンターの学生支援

主なガイダンス

■内定者アドバイス会

就職活動を終えた4年生・修士2年生が、自分自身の活動体験を語る会。様々な業界の内定者が登壇。

■国際派就職・留学希望者向けガイダンス

全学年対象。留学予定者や、留学を考えている学生向けに就活と留学の両立方法や具体的スケジュール、留学経験を活かした働き方などを解説。留学経験者によるアドバイス会も実施。海外での仕事に興味がある学生向けのものも。英語での解説回もあり。

■理工・技術系向けガイダンス

技術系就職を考えている学生向けに学校推薦の制度の説明や、実際に技術職として働いているOBOGを招いた交流会も実施。

5. キャリアセンターの学生支援

主なガイダンス

■卒業生交流会

全学年対象。25年は9月、10月、12月、2月に対面で実施。
一度に複数社の卒業生と会えるカジュアルな交流会。

■大学院生・進学検討者向けガイダンス

大学院での研究経験を就職活動にどのように活かすか。
院生ならではの強みや学部生との違いなどを解説。

■外国人留学生向けガイダンス

日本での就職を希望する留学生向けに、日本での就職活動についての
解説や、留学生を積極的に採用している企業を招いた説明会などを実施。
英語や中国語での説明回もあり。

5. キャリアセンターの学生支援

■個別相談

進路・就職活動に関する個別相談を行っています。

- ・1回40分。専用サイト(WEBキャリアセンター)から要予約
- ・対面、もしくはオンライン
- ・英語または中国語での対応あり
- ・就職活動に関する全般的な相談のほか、ES添削や模擬面接なども



5. キャリアセンターの学生支援

キャリアセンター内には4台のオンラインWEBボックスを設置しています。

- ・1回90分
- ・専用サイトから予約
- ・Wi-Fi完備
- ・無料

WEB面接用個室(テレキューブ)



◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況について
3. 就職活動のスケジュールについて
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



6. ご家族の接し方について

～就職活動を終えた4年生のアンケートから～

■就職活動中、保護者の言動・行動で「やめてほしい・困ると思ったこと」

- ・「エントリーシートは出したのか」「今日はどこ受けるの?」「結果はいつくるの?」と全てのスケジュールを確認したがること
- ・干渉しすぎること
- ・就職してくれたら何でもいいと言ってた割に、後から大手がいいと口を出してくるところ
- ・こっちの意思を尊重せず、親の意見を明確な根拠もなく一方的に押しつけてくること。
- ・周りの学生や兄弟と比べること
- ・zoom面接中に部屋に入ってこられたこと
- ・親が大学生だった頃の知識で時代錯誤なアドバイスをしてくること
- ・「就活は上手くいっているか」「内定取れそうか」と心配されたこと
- ・どの会社の選考に通ったかを親戚に言いふらされたこと

6. ご家族の接し方について

～就職活動を終えた4年生のアンケートから～

■就職活動中、保護者の言動・行動で「嬉しく感じたこと・感謝していること」

- ・応募を悩んでいる企業について、客観的な視点から意見をもらえたこと
- ・社会人目線からのアドバイス
- ・信頼して何も言われなかったこと。最終面接で落ちて思い詰めて泣いてしまった時には声をかけてくれて、無意識に感じていたプレッシャーから解放してくれたこと。
- ・良い意味で、就活を全て自由にさせてくれていたこと。
どの会社が良いも悪いも、全く口出しがなく、ただただ応援してくれた。
- ・最終的に自分が選んだ道を応援してくれたこと
- ・失敗・緊張している時に励ましてくれたこと
- ・考えを否定せずに一緒に将来を考えてくれたこと
- ・服装の相談に乗ってくれたこと。Yシャツにアイロンをかけてくれたこと
- ・新卒就活が全てではないから、気負い過ぎないでという言葉
- ・卒業までに就職先が決まれば良いとゆったりと構えてくれたこと
- ・ベストを尽くしたなら、それでいいじゃんと言ってくれたこと

6. ご家族の接し方について

ご家族の方に知っておいてほしいこと

- ・インターンに行けなかった＝失敗ではない(受からないのが通常)
何度も転んで、その度に立ち上がるのが「就職活動」
- ・キャリアに正解はない。本人にとっての納得感がすべて。
- ・応援しているつもりという言葉が、プレッシャーになることがある
不安は「もっと良い未来を描きたい」という健全なサインかもしれない
「不安を抱えている自分はダメだ」と否定せず、「不安とどう付き合うか」

◆本日の話題

1. キャリアセンターについて
2. 就職環境の現況
3. 就職活動のスケジュール
4. 上智大学の就職状況
5. キャリアセンターの学生支援
6. ご家族の接し方について
7. よくあるご質問



7. よくあるご質問

Q. 就職が有利になる資格は何ですか？

A. 弁護士資格や看護師免許のように、特定の職業に就くために必要な資格を除けば、**就職に直接的に有利になる資格は特にありません**。求人によっては応募条件となっていることもあります。TOEICや簿記は「あったほうが良い」程度で**「持っているから必ず採用」となるわけではありません**。資格よりも採用後に活躍してくれそうな人物かどうかの方が重要です。資格そのもののアピールよりも、資格を取得した理由、学ぶ姿勢のほうが評価の対象になり得ます。

7. よくあるご質問

Q. 留学を考えていますが、どういうスケジュールになりますか？ 4年で卒業できるでしょうか。

A. 留学については、行先、出発時期、留学期間などによって就職活動の仕方が異なってきます。昨年までの卒業生では、1年間の留学した学生のうち約4割が4年間で卒業しました。

5年間で卒業しても就職活動で不利にはなりませんが、コロナ禍以降、オンラインを利用して、留学と並行して就活をする学生は増えています。留学経験者の就職先への満足度は、卒業を延期したしないに関わらず、留学をしなかった学生より高くなっています。キャリアセンターではガイダンスのほか、様々な留学経験者の就職体験報告記も閲覧可能です。

7. よくあるご質問

Q. スカウト型の就職エージェントに登録して企業を紹介してもらう方法があると聞きましたが利用して大丈夫でしょうか。

A. スカウト型の就職エージェントは、学生がスキルや希望職種などを登録し、それを元に企業が個別にオファー(アプローチ)をかける仲介をする業者です。現在は玉石混交の状況ですが、基本的には学生が内定を受諾した段階で企業から報酬を得るビジネスモデルなので、**確実に採用されるような離職率の高い企業しか紹介しなかったり、強引に内定受諾を迫ったりするなどのトラブルが起きています。**利用する場合でも、**少なくとも就職エージェントの紹介だけに頼る活動はお勧めできません。**

7. よくあるご質問

Q. 一人で就職活動ができないタイプです。
就職塾に通った方がいいのでしょうか。

A. 進学塾と違い、就職塾は成功の形が見えにくいものになります。良心的な団体であっても、**費用に対して必ずしも望んだ成果が得られるとは限りません。**エージェントと同様に企業からの紹介料で運営されている場合もありますので、利用には十分気をつける必要があります。大学の個別相談のほか「東京新卒応援ハローワーク(厚労省)」「東京しごとセンター(東京都)など、無料で相談できる仕組みはほかにもあります。

7. よくあるご質問

Q. 4年生の6月までに内定がもらえませんでした。
あきらめて次の年度に活動した方がいいでしょうか。

A. 大手企業を含め、採用予定数を充足できない企業が増えています。採用人数を確保するため、公務員、進学から方向転換する学生や留学から帰国する学生を狙って夏以降も採用を継続する企業や、通年採用に切り替える企業は増えています。**昨年7月以降に本学に届いた求人数は全体の4割強、7月以降に内定を得た学生は2割強います。**あきらめずに活動することが大切です。WEBキャリアセンターでは5月以降、4年生向けの情報ページを設け、求人やガイダンス情報をまとめています。

7. よくあるご質問

Q. 就職活動のために1, 2年生のうちからできることはあるでしょうか。

A. 就職活動では、どんな人物で、大学時代をどんなふうに何に力を入れて過ごし、何を得たのかを問われます。**特に最近では、困難を乗り越えた経験、他者と一緒に何かにとりくんだ経験やその中で果たした役割を聞かれることが増えています。**課外活動やアルバイトだけでなく、ゼミや参加型の授業などチームで取り組む経験は重要です。また、こういった目的をもって授業を選択し、何を学んだかを聞かれることも増えています。**大学生活を目的をもって、意欲的に過ごすことが大切**です。また、新聞を読むなど、社会の現状を知る習慣を身につけておくと良いでしょう。

7. よくあるご質問

Q. 大学院生は、就職活動では不利ですか？

A. 一概に不利とは言えません。大学院生には、学部生よりも高度な論理的思考力や課題設定力、多角的視点に立った思考、構造的な分析力、言語能力などが求められています。研究内容は学会や論文で発表するものですが、就職活動においては研究活動で培われた能力をアピールすることが重要です。たとえ、専門分野が企業の仕事と直結していなくても諦めないでください。なお、修士課程とほぼ同時に夏期インターンシップの応募が始まるため、戦略的に自分の研究活動と就職活動の両立を図る必要があります。大学院への進学検討者は予め情報収集しておくといいでしょう。

7. よくあるご質問

Q. 生成AIを使って就職活動をして大丈夫でしょうか

A. 生成AIが出力した文章を、そのままエントリーシート(ES)に使うのはNGですが、一般的に約8割の学生がAIの回答をそのまま使わず、自分で吟味してESに反映させています。**ESは自分で書くことが大前提**ですが、文章の整合性をチェックしてもらうような補助的な利用は効果的です。また、使い方によっては企業分析や面接の練習相手としても役立ちます。浮いた時間は説明会への参加やOB・OG訪問といった「リアルな活動」に充てると良いでしょう。ただし、**企業側も学生のAI利用を想定しているため、筆記試験のボーダーラインを厳しくしたり、「グループディスカッション」や「面接」をより重視する動きが出ています。**



上智大学
SOPHIA UNIVERSITY

FOR OTHERS, WITH OTHERS