



上智大学  
SOPHIA UNIVERSITY

Sophia University Job Search Guide for International Students

# 上智大学外国人留学生のための 就職活動ガイドブック

Career Center | キャリアセンター



# Sophia University Job Search Guide

## for International Students

### Table of Contents

1. Employment in Japan 3
2. Job searching in Japan and the Japanese employment system 3
3. Schedule for job search activities 7
4. Job search process 9
  - ① Preparing for job searching (self-analysis, industry research, internships, visits to senior alumni) 9
  - ② Selection (pre-entry, participating in company briefing sessions, entry) 11
  - ③ Employment tests (written tests, interviews, informal job offers) 11
5. Japanese language proficiency 13
6. Visas 13
7. Career Center Services 15

# 上智大学就職活動ガイドブック

## 目次

1. 日本での就職について 4
2. 日本の就職活動と雇用制度 4
3. 就職活動スケジュール 8
4. 就職活動の流れ 10
  - ① 就職活動の準備（自己分析、業界研究、インターンシップ、OB・OG 訪問） 10
  - ② エントリー（エントリー、会社説明会、エントリーシート） 12
  - ③ 採用試験（筆記試験、面接、内定） 12
5. 日本語能力について 14
6. ビザについて 14
7. キャリアセンターの使い方 16

## 1. Employment in Japan

The rapid globalization of Japanese companies and the higher number of international students hoping to study in Japan and find jobs in these companies has, in recent years, been encouraging Japanese companies to hire more international students.

However, it is unlikely that many Japanese companies will lower their hiring standards for them, and finding jobs in Japan will remain a difficult hurdle for international students.

If you, as an international student, do wish to meet this challenge and find a job in Japan, you should begin preparing for your job search as early as possible. Job searching in Japan requires a totally different approach to that in your home country, so you will need to learn how to properly conduct your search and arrange to commence job hunting alongside local Japanese students while avoiding possible obstacles.

## 2. Job searching in Japan and the Japanese employment system

The following are some distinctive aspects of job searching in Japan and of the Japanese employment system.

### ● Collective employment of new graduates

Every year, Japanese companies recruit students expecting to graduate from undergraduate and graduate schools, making informal job offers to the students to start work as soon as they graduate.

### ● Schedule of Job Search Activities

Most Japanese companies have a similar recruiting schedule, which is reviewed each year. Formal job search activities for entering companies in April 2020 will start on March 1, 2019.

\* Students starting at university in September will have the same job search schedule as students who start at university in the following spring.

For example, the schedule for students starting university in September 2019 is the same as that for students starting at university in April 2020.

### ● Employment tests

Recruitment examinations at Japanese companies are written tests to assess your basic abilities in Japanese, mathematics and English, and they conduct successive individual and group interviews to narrow down the number of candidates.

## 1. 日本での就職について

日本へ留学し日本企業への就職を希望する外国人留学生の増加、また日本企業の急激なグローバル化に伴い、日本企業における外国人留学生の採用意欲は近年高まっています。

しかし、外国人留学生だからといって採用基準を甘くしない企業が大多数という状況は継続するであろうと予想され、外国人留学生が日本で就職するための壁は厚いといわざるを得ません。

このような厳しい状況の中でも、やはり日本での就職を希望する場合はできるだけ早いうちから日本の就職活動についての準備が必要となります。日本では留学生の皆さんの母国と全く違う独特な形での就職活動が行われますので、日本の就職活動の形式をよく理解して、日本人学生と同様にスムーズに就職活動を始められるように準備しておきましょう。

## 2. 日本の就職活動と雇用制度

日本の就職活動や雇用制度で特徴的な点を以下に挙げておきます。

### ●新卒一括採用

日本企業が、大学や大学院などの卒業予定の学生を対象に年度ごとに一括して求人・採用内定し、採用内定者を卒業後すぐに勤務させる採用方法です。

### ●就職活動スケジュール

日本企業の多くは同じスケジュールで採用活動を行います。スケジュールは毎年見直されます。例えば2020年4月入社を目指す場合は、2019年3月1日から正式な就職活動が開始されます。

※9月入学の学生は、半年後に入学してくる学生と同じスケジュールで採用活動を行います。(例)2019年9月入学の場合は、2020年4月入学の学生と同じスケジュールです。

### ●採用試験

日本企業の採用試験は、国語・数学・英語などの基礎学力を測る筆記試験や個別又はグループ面接などを数回行い、その都度人数を絞り込んでいきます。

- **Entering companies**

In many countries outside Japan, students start at university in September; whereas in most Japanese educational institutions, students start in April and graduate in March. So, (with some exceptions) Japanese companies recruit new graduates based on the assumption they will enter their companies in April.

- **Lifetime employment system**

Most Japanese companies have a “lifetime employment system” under which employees are hired for a lengthy period, from entering the company until retirement (the retirement age differs between companies, but ranges from 60 to 65 years old). Consequently, fresh graduates who are unable to obtain full-time employment have extreme difficulty finding mid-career employment, so they should plan their job search activities carefully.

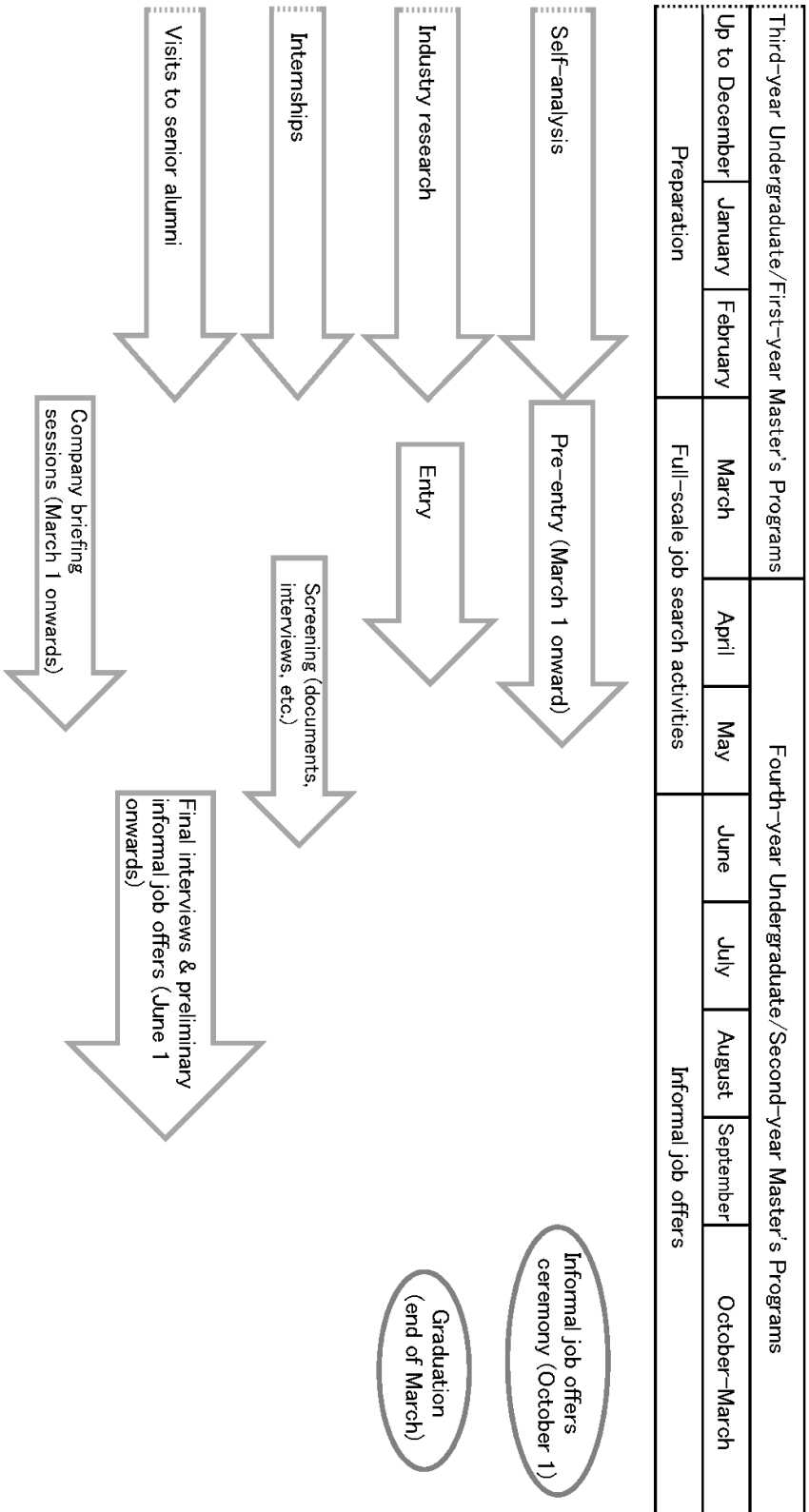
### ●入社時期

日本以外の国では9月入学が多いと思われませんが、日本ではほとんどの教育機関が4月入学・3月卒業となっています。そのため、日本企業は4月入社を前提とした新卒一括採用を行います（一部例外あり）。

### ●終身雇用制度

日本企業には、入社から定年(企業によって異なりますが60歳～65歳くらいまで)長期間雇用される「終身雇用制度」という制度があります。よって、新卒で正社員として採用されない場合は、中途採用での採用数は極端に少なくなるため非常に困難となりますので、新卒としての就職活動は慎重に行う必要があります。

### 3. Schedule for job search activities (for starting at companies in April 2019)

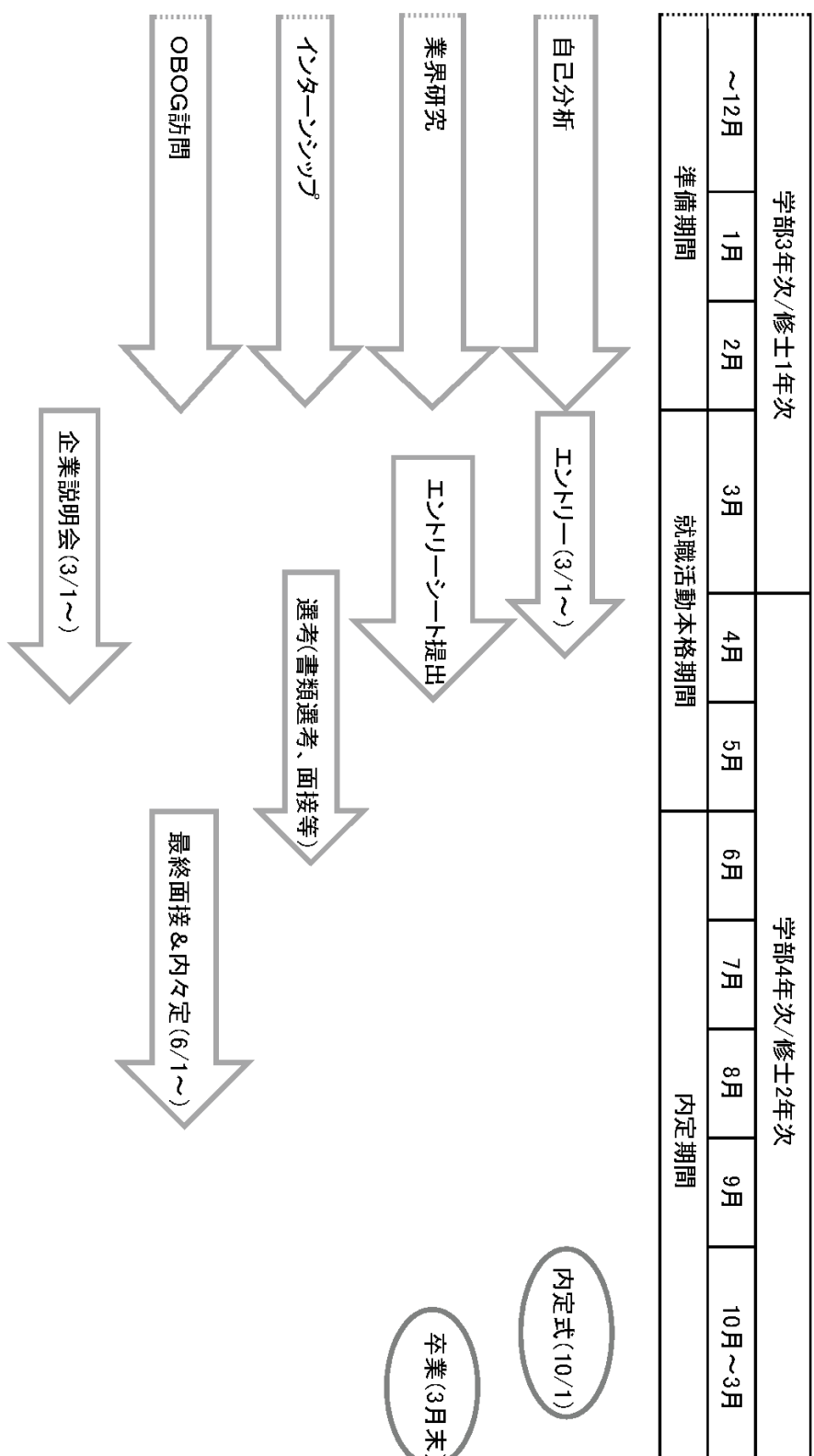


**Notes**

- This is the schedule for the collective recruitment of new graduates; there is a different schedule for year-round recruitment.
- September graduates will wait until after graduation to start at their companies in April.



### 3. 就職活動スケジュール（例：2019年4月採用者）



## 4. Job search process

### ① Preparing for job searching

#### ● Self-analysis and industry research

Self-analysis is required in order to make yourself an attractive proposition when searching for a job. Face and reaffirm your strengths and weaknesses, abilities, values and future plans to help you find the kind of job you wish to apply for.

Industry research will help you find the industry you wish to work in (such as finance, manufacturing, distribution or information and communications). Narrowing the search to find the appropriate industry for your career will help you later in your individual company research.

Your job search begins with self-analysis alongside industry research.

#### ● Internships

Internships are a system by which companies provide students with opportunities to get real work experience. Embarking on an internship may allow you, by joining and working in the company, to be able to act in a way that is appropriate for an adult member of society, and acquire the skills and values you will need in future. It may also lead to personal growth.

An internship allows you to have an inside view of the company you have chosen from your industry and corporate research, which will definitely help you in your later job searching.

For international students, internship is a special opportunity to experience working in a Japanese company.

Internship in Japan is offered mostly for short periods of one to five days, with only some exceptions for longer-term internships.

#### ● Visits to senior alumni

Visiting senior alumni at their workplace and learning about their actual work will help you to obtain information not given in company brochures or websites. Do not forget that the senior graduates are taking time off work to talk with you, so be prepared with information you can obtain in advance, including from the company website, and have questions ready to ask.

If you do not have a close personal connection with the person you visit, you can also search the “List of Senior Alumni” available at the Career Center.

Your visit is not restricted to senior graduates from Sophia; you may ask to be referred to other people at the personnel or general affairs departments (in charge of recruitment) of the company you wish to visit.

## 4. 就職活動の流れ

### ① 就職活動の準備

#### ●自己分析と業界研究

自己分析は自分の長所・短所や能力、価値観、将来の夢などを自分自身と向き合い再確認することで、自分のやりたい仕事をみつけ、就職活動での魅力ある自己PRなどにつなげます。

業界研究は自分が希望する業界(金融、メーカー、流通、情報通信などの産業分類)を見つけるために行います。業界研究を進めることで自分に合った業界をある程度絞り込むことができ、その後の個別の企業研究に役立てることができます。

就職活動はまず自己分析と業界研究を並行して行うことから始めます。

#### ●インターンシップ

インターンシップとは企業が学生に就業体験の機会を与える制度です。インターンシップへの参加は、実際の会社での業務に触れることにより社会人としてのマナーや将来役に立つスキルや価値観を身に付けることができ、自己の成長にも繋がります。また、業界研究や企業研究をした企業等のインターンシップに参加することにより、その企業を内側から実際に見ることができ、今後の就職活動に役立てることができます。

特に外国人留学生にとっては、日本企業での仕事を体験するのには良い機会になります。

但し、日本でのインターンシップは、長期間のものもありますが、ほとんどは1日～5日間の短期間のものです。

#### ●OB・OG訪問

実際に企業に勤務している方に直接話しを聞くことで、会社案内やHPに記載されていない情報を得ることができます。但し、相手に貴重な時間を割いてもらうので、事前にHP等でわかることは調べておき質問事項も準備してから望んでください。

訪問するOB・OGは、個人的に親しい方がいなければキャリアセンター内設置の「OB・OG名簿」で探すこともできます。なお、上智大学の先輩でないといけないわけではありませんので、直接志望する企業の人事や総務(採用担当)に問い合わせで紹介してもらうこともできます。

## ② Selection

### ● Pre-entry

You may request that companies send you their information. If you make the Entry, the companies will normally send you information on recruitment and briefings about the company by email.

### ● Participating in company briefing sessions

Most firms hold their own briefings to deepen understanding of the company. Attending these briefings is an important opportunity to get to know the company you are interested in. Information on the briefings will be sent to you from the company if you make the Pre-entry, or otherwise you may obtain this information from the company website, their recruitment information site or the Career Center.

### ● Entry

Submitting an entry sheet or your resume to a company is acknowledged as being a formal employment application to take an employment examination. Entry sheets and resumes are generally to be completed in Japanese. The formats of and information required for entry sheets differ between companies, but they normally include your personal history, reasons for applying, a self-introduction and what you focused on during your student years. International students should emphasize their strengths over Japanese students.

## ③ Employment tests

### ● Written tests

Companies have different written tests and aptitude tests (such as the “SPI” and “*Tamatebako*” 玉手箱) to test the abilities and aptitude of students. Japanese students also take the same tests and high level Japanese reading skills are required, making it extremely difficult for international students. Unless you pass the written test, you cannot proceed to the next step for selection. You must start preparing for this test very early. Materials with information on the major aptitude tests are also available at bookstores.

### ● Interviews

Interviews are tests where you can express your reasons for applying and introduce yourself based on the self-analysis, industry research and corporate research which you have worked on to that point.

The interviewers will be judging whether you have potential as a student who will later be able to participate actively in their company. It goes without saying, therefore, that they will ask you about your reasons for choosing to work in the company, and will commonly ask you about your experiences, such as what you focused on during your student days and how you coped with difficult situations. They will then evaluate you based on your answers.

## ② エントリー

### ●エントリー

興味のある企業への資料請求や情報提供の申込のことをいい、エントリーすると採用に関する情報や企業説明会の案内などがメールや郵便で送られてきます。

### ●会社説明会

多くの企業は自社に関する理解を深めてもらう為に会社説明会を開催します。会社説明会は志望する企業を知る上での第一歩となり、企業に勤めている方と初めて接する機会となります。なお、企業説明会の情報は、エントリーしているとメール等で連絡がありますし、企業のHP、就職情報サイトやキャリアセンター内掲示版などで情報を得ることができます。

### ●エントリーシート

エントリーシートはほとんどの場合、日本語で書きます。エントリーシートを企業に提出することで、各企業への正式な採用試験申込となります。書式や記入事項は企業によって異なりますが、「個人の履歴」や「志望動機」、「自己PR」、「学生時代に力をいれたこと」などが主な内容となります。外国人留学生については、日本人学生にない強みをアピールすることも大切です。

## ③ 採用試験

### ●筆記試験

筆記試験や適性試験(「SPI」や「玉手箱」などの種類があります)は、企業によって様々ですが、学生の能力や適性を測る試験となります。しかし、日本人と同じ試験を受けることになるため、日本語の高い読解力が必要となり、外国人留学生には非常に難関になると思われます。筆記試験を突破しないと次の選考には進むことができませんので、早くから準備が必要です。主な適性検査については、書籍にて販売もしていますので、書店で内容を確認することもできます。

### ●面接

面接は今まで努力してきた「自己分析」や「業界研究」「企業研究」を元に、志望動機や自己アピールをする試験です。企業側は「将来的に社員として活躍できる人材になりえる学生か」という潜在能力を判断しています。そのため、志望動機は言うまでもなく、「学生時代に力をいれたこと」や「困難な出来事にぶつかった時、どのように乗り越えたか」などの今までの経験を質問されることが多く、その回答について評価します。

There are both individual and group interviews, with international students tending to find group interviews harder. Group interviews demand answering questions alongside Japanese students within a limited time, requiring a high level of proficiency in Japanese. Interviews are generally held at least three times.

- **Preliminary informal job offers**

If you pass the final employment test, the company will give you notice through either a “*naitei*” 内定 (informal job offer) or “*nainaitai*” 内々定 (preliminary informal job offer). These are indications of intent from the company to hire a student. A “*naitei*” 内定 (informal job offer) is notice of an official decision to hire, which may be given on or after October 1, and a “*nainaitai*” 内々定 (preliminary informal job offer) is a notice that may be given earlier. Following your employment test, a “*nainaitai*” 内々定 (preliminary informal job offer) will be delivered verbally (including by telephone), by email or writing.

## **5. Japanese language proficiency**

Japanese companies place emphasis on the communication skills of candidates during recruitment. International students require a high level of “reading, listening, writing and speaking” ability in Japanese. Communicating in Japanese society requires the skill to choose and use the correct level of formality suited to the time, place and occasion. If international students wish to find jobs in Japanese companies, they should start early and be prepared to communicate correctly in Japanese in a business setting. The level of Japanese you attain will be an important factor in determining your place of employment. For Japanese language studies, please inquire at the Center for Language Education and Research (<http://www.sophia-cler.jp/>).

## **6. Visas**

International students who wish to work in Japan will need to change their visa status from “College Student” to a residential working status. Before you apply to the Immigration Bureau of Japan, you will need to have some documents issued by companies from which you have received informal job offers. Be prompt about preparing these documents required for your visa application to be on time to start at a company on April 1. Your visa permission may require one to three months to process after you submit your application to the Immigration Bureau. If your application documents are insufficient or incomplete, you will have to re-apply.

For more details, inquire at the Immigration Bureau of Japan (<http://www.immi-moj.go.jp/>).

面接には個別面接とグループ面接があり、外国人留学生は特にグループ面接にてこずる傾向があります。限られた時間の中で、日本人学生に混じって議論しなければならず、高度な日本語能力が求められるからです。面接は3回以上行われるのが通常です。

### ●内定（内々定）

採用試験に最終合格すると企業から「内定」または「内々定」の通知があります。これは、企業が学生に対して採用したいという意思表示となります。正式採用の意思を通知する「内定」を出すのは10月1日以降と定められていますので、それまでの間は「内々定」となります。内々定の通知は、採用試験後に口頭(電話含む)やメール、文書などで行われます。

## 5. 日本語能力について

日本企業では、採用の際にコミュニケーション能力を重視しています。そのため、外国人留学生には「読む・書く・話す」のどれをとっても高い日本語能力が課されます。日本の社会では、TPOに合わせて巧みに言葉使いを変える文化がありますので、少しでも日本企業に就職を考える外国人留学生は早いうちから日本語を勉強し、ビジネスの世界で通じる正しい日本語を習得する必要があります。習得した日本語のレベルによって、就職先も変わります。日本語の学習については、言語教育研究センターに問い合わせてください。(言語教育研究センター <http://www.sophia-cler.jp/>)

## 6. ビザについて

外国人留学生が日本において就職する場合は、現在の在留資格である「留学」を就労可能な在留資格にする必要があります。入国管理局への申請前に内定先からもらう必要のある書類もあります。入国管理局への申請後、申請許可までには1~3ヶ月かかります。書類に不備があると再申請となり、4月1日の入社日に間に合わなくなる可能性もありますので、必要書類は早めに準備が必要です。

詳細は、入国管理局へ確認してください。(入国管理局 <http://www.immi-moj.go.jp/>)

## **7. Career Center Services**

- **Individual consultation**

The Career Center offers various kinds of counseling on job searching. Our staff offer professional advice through individual consultation (lasting 40 minutes) by appointment, and simple inquiries may be made at the service desk. Individual counseling is available in Japanese and English. Please make an appointment in advance.

- **Seminars and orientation**

Sophia University gives seminars, orientation and lectures on job searching. Job search support programs have also been prepared for international students. For more information, please check the bulletin board at the entrance to the Career Center or on Loyola (employment/Career Center → orientation information/application). Loyola information is offered in Japanese (with some English).

### **Career Center**

1st floor, Building 2, Yotsuya Campus, Sophia University

URL <https://www.sophia.ac.jp/jpn/career/interstu/index.html>

Issue date: April 2019



## 7. キャリアセンターの使い方

### ●個別相談

キャリアセンターでは、就職に関する様々な相談を受け付けています。専門知識を持つスタッフが対応する個別相談(日本語または英語、1回 40分限度)は予約が必要ですが、簡単な質問については窓口で対応しています。

### ●各種セミナー、ガイダンスの開催

就職活動に関連するセミナーやガイダンス、講演等を行っています。外国人留学生向けの就職支援プログラムもあります。詳細は、キャリアセンター入口の掲示板や Loyola (就職・キャリア支援→ガイダンス情報/申込) で確認してください。なお、Loyola に掲載されている情報は日本語 (一部英語) で書かれています。

### <キャリアセンター>

上智大学四谷キャンパス 2号館1階

URL <https://www.sophia.ac.jp/jpn/career/interstu/index.html>

発行年月：2019年4月



上智大学  
SOPHIA UNIVERSITY

# Sophia University Job Search Guide for International Students

上智大学外国人留学生のための就職活動ガイドブック

著作・制作／上智大学キャリアセンター

印刷・制作協力／株式会社リプラス

発行部数／1,000部