

令和8年度 キャリア形成支援プログラム一覧

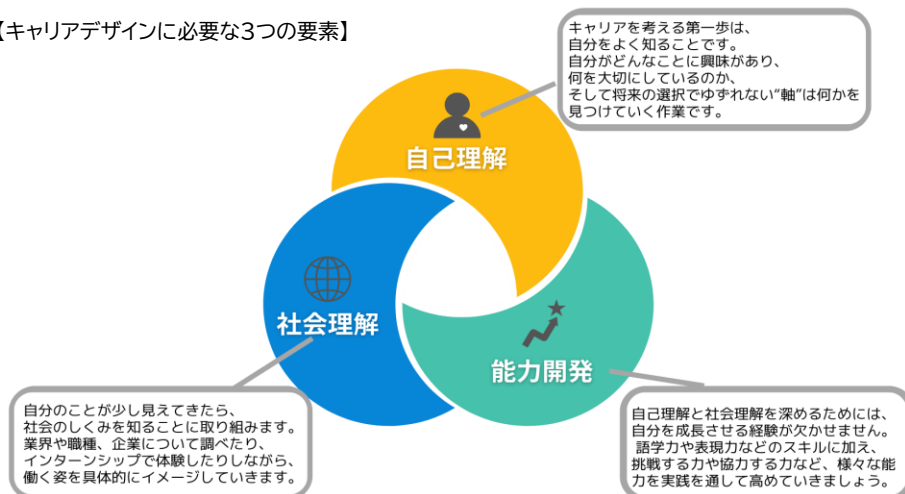
キャリア形成支援課では、「自己理解」「社会理解」「能力開発」の3つの要素をテーマにした多様な講座を実施しています。講座では、様々な講師の話を聞いたリグループワークで考えたり話し合ったりすることで、理解を深め、自らキャリアをデザインする力を養います。

この力は、これからの4年間の学校生活を充実させ、卒業後に社会で活躍するためにも欠かせないものです。

年に2回のキャリアフェアへの参加と、いつでもどこでも視聴可能な専修キャリアチャンネル(オンデマンド講座)を活用して、自分らしいキャリアを描いていきましょう！

また、学生の皆様の様々なニーズにお応えるために、対象者別の支援プログラムも多数実施しています。ご自身の興味関心や状況に合わせて必要なプログラムを受講してください。

【キャリアデザインに必要な3つの要素】



【実施分類】

①	専修キャリアフェア【春】	いろいろな業界や仕事を知り、自分の興味の幅を広げるきっかけになるイベントです。 「どんな仕事があるのか」「自分に合いそうな分野は？」といった疑問に応えられるよう、多くの企業や卒業生が参加し、直接話を聞くことができます。 また、夏のインターンシップや仕事体験を見据えて、応募書類の書き方や基礎的な選考対策に関する講座もまとめて実施します。 これから動き始める3年生にはもちろん、1～2年生にとっても、将来を考えるヒントを得られる大切な機会です。 「まずは少し知ってみよう」という気持ちでも構いませんので気軽に参加してください。
②	専修キャリアフェア【秋】	夏までの経験をふまえて、進路の視野を広げたり、自分のキャリアの方向性をさらに具体的にしたりするためのイベントです。 さまざまな企業・業界の話聞くことで、「知らなかった選択肢」や「自分に合うかもしれない仕事」に出会うことができます。 また、本選考に向けた実践的な講座も充実しており、これからしっかり準備したい学生に役立つ内容になっています。 特に、まだ準備が進んでいない3年生や、早めに動きたい2年生におすすめです。 低学年の学生にとっては、働くイメージを早めにつかみ、これからの大学生活でやりたいことを考えるきっかけにもなります。 「まずは話を聞いてみる」という気軽な参加も歓迎です。
③	専修キャリアチャンネル	スマートフォンやパソコンから気軽に視聴できる動画形式のキャリア学習コンテンツです。就職活動の基礎、業界研究のポイント、応募書類の書き方、社会のしくみの理解など、キャリア形成に役立つ幅広いテーマをそろえており、自分のペースで学べるのが特徴です。 短時間で見られる動画も多く、授業やアルバイトのすき間時間に活用できるため、どの学年の学生にも利用しやすい構成になっています。 気になるテーマから気軽に視聴できるので、キャリアの入口として、またフェアや講座と組み合わせた学習としても活用しましょう。
④	アセスメントテスト	アセスメントテストは、自分の考え方や行動の傾向を客観的に知ること、進路選択や働き方を考えるための“自己理解”を深めるツールです。 専修大学では、国際的に広く利用されている心理検査「MBTI(R)」を用いた少人数のワークショップを年間を通じて実施しており、専門資格を持つファシリテーターのフィードバックを受けながら、自分の強みや行動の特徴を整理することができます。
⑤	対象者別支援	「公務員志望者」「エアライン/業界志望者」「UIターン就職」「外国人留学生・障がい学生」に該当する学生に向けたプログラムを多数用意しています。 皆さんの状況や興味関心に合わせて受講してください。

各プログラムの詳細・申込は、in Campus及び大学ホームページにてご確認ください。



専修大学ホームページ
「イベントスケジュール」

① 専修キャリアフェア【2026春】

日時:5/2(土) 10:00~17:30 場所:生田校舎10号館
対象:学部1~3年生、修士1年生、保護者

フェアの詳細は特設サイトをCheck→



No	講座名	目的	概要	申込
1	専大OB・OGパネルディスカッション		さまざまな業界・企業で活躍している卒業生を招き、気軽に話を聞けるパネルディスカッションを開催します。各回4名程度のOB・OGが登壇し、「大学時代にやっておいてよかったこと」や「仕事のやりがい」「失敗経験」など、就職活動前だからこそ聞いておきたいリアルな話を40分間たっぷりお届けします。	不要
2	インターンシップの基本		「インターンシップ」と一口にいっても、短期や長期、夏実施、秋・冬実施、選考あり、選考なし...等、様々な種類があります。種類やスケジュール、特徴、探し方で解説しますので、効果的なインターンシップを実現するための力が身に付きます。	不要
3	企業説明会の回り方レクチャー		一度に複数企業と接触できる合同企業説明会ですが、「回り方のポイントや活用方法」を事前を知っておくことで、より価値ある機会にすることができます。個別の企業説明会に参加する際も活かせる内容です。	不要
4	新しい就活のすすめ方 ～働く・暮らす場所から考えてみる～		新たな就職活動の進め方として、働く場所や暮らす場所から考える方法を解説します。ワークライフバランスを視野に入れた進め方を身に付け、理想の将来を実現しましょう。	不要
5	業界研究セミナー【基礎・導入編】		自分が目指す業界や仕事を見つけるには、世の中にどういった業界があるかを知り、自分の将来の選択肢や可能性を広げる必要があります。基礎的な業界研究のやり方を身に付け、まずは興味のある業界を調べ始めるきっかけにしてください。	不要
6	業界研究セミナー【IT業界編】		スマホのタッチで改札を通過する、電子マネーで決済をする、レポートをメールで提出する等、今やITに触れない日はない程に私たちの生活はITと深く関わっています。IT＝システムの開発だけでなく、顧客の困りごとを聴いて、解決策を提案して、寄り添ってサポートするという、文系出身者ならではの強みを活かすフィールドがIT業界にあります。ここで就職を見つけてみませんか。	不要
7	業界研究セミナー【物流業界編】		皆さんがECサイトでポチッと商品を購入してから手元に届くまで、その裏側ではどんなことが起こっているのでしょうか。物流と聞くと私たちの生活はITと深く関わっていますが、時間帯や気象条件に応じた配送ルートの最適化や、ドライバーやトラックの効率的な稼働管理など、今やAIやデータを駆使した「頭脳戦」が主流となっています。社会を裏から操るダイナミックなビジネスの面白さを、ぜひ体感しに来てください。	不要
8	業界研究セミナー【食品業界】		学生に人気の食品業界ですが、「食に関わる業界や仕事」をどの程度、広く理解していますか？製品が作られ消費者に届くまでの流れの中に、非常に多く業界が関わります。まずは、食品業界を広く捉え、自分の知識や選択の幅を広げましょう。「食品」に関わる業界や仕事の全体像を知り、自分の視野を広げましょう！	不要
9	業界研究セミナー【広告業界】		日常生活で多く目にする広告ですが、携帯電話やSNSの普及などにより、業界全体が激変しています。広告業界と一口に言っても、業種や取り扱う分野、領域は多様化しています。まずは全体像を把握しましょう。ネットやスマホの普及により激変中の広告業界を、まずは大枠で捉えましょう。	不要
10	“面接”で内定に直結 日本経済新聞活用法		「面接」で内定に直結するための、日本経済新聞活用法を学べる講座です。業界・企業研究に役立つ記事の要点整理に加え、PREP法を使って自分の意見を構築する思考力を養うことができます。「志望動機」「気になるニュース」に質問など、面接の必須テーマに日経をどう活かすかを学びましょう。	不要
11	就活の落とし穴		大学以外にも様々な就活支援サービスが存在しますが、それらのサービス内容やそのサービスを使うことで発生するメリット・デメリットまで理解していますか？無料だからと、とてあえず登録する前に、各種サービスの仕組みや利用上の注意点を把握した上で、自分に合うサービスを選択し活用していきましょう。	不要
12	仕事体験セミナーin専修 ＜営業職＞		本セミナーでは、建築資材の専門商社兼メーカーであるBtoB企業を題材に「営業職」の面白さを体験していただけます。「何を売るか」ではなく、「どう組み合わせ、どう価値をつくるか」。「営業職」の奥深さと、企業、業界によって営業の仕方が異なることを実感し就職活動に活用できる内容です。	4/24 14:00 〆切
13	仕事体験セミナーin専修 ＜事務職＞		「知らない」と損する「給与の仕組みを、体験型で徹底解説！実際の給与明細作成を通して、税金・社会保険・控除の仕組みを学びましょう！社会人で必ず役立つ「お金の教養」を、実務体験を通して身につけられる、学生必見の実践型講座です！！	4/24 14:00 〆切
14	仕事体験セミナーin専修 ＜SE職＞		身近なアプリ/LINEを使用して、プログラミングに触れてみよう！システムエンジニアの仕事は、企画・要件定義・開発・テスト・保守など、多岐にわたります。これらのうち、実際に自分の手でものづくりをする「開発」の工程を体験していただきます。	4/24 14:00 〆切
15	仕事体験セミナーin専修 ＜マーケティング職＞		オンラインで何でも買える時代に、わざわざ店に足を運ぶ理由は何でしょうか？本講座ではPOPUPストアを題材に、ターゲットの心を動かす空間演出や販売戦略を企画。夏のインターンで武器になる、実践的なプロモーション視点を養います。	4/24 14:00 〆切
16	仕事体験セミナーin専修 ＜客室乗務員(CA)職＞		ANA現役客室乗務員(CA)から、実際に機内で行われているおもてなしを学べる体験セミナーです。参加者はCAになりきってワークに挑戦！おもてなしの難しさと楽しさを体感してみましょう。	4/24 14:00 〆切
17	履歴書・ESの書き方		特に「自己PR」「ガクチカ」(学生時代に力を入れて取り組んだこと)の項目について、基礎から説明します。講座の中で簡単なワークも行いますので、より具体的に書き方の手順やポイントを学ぶことができます。	不要
18	筆記試験対策講座ガイダンス		SPIに加えて玉手箱やGAB・CABなど、企業によって形式が異なる筆記試験の全体像を整理し、対策を始めるうえで押さえるべきポイントを解説します。あわせて、全国一斉WEB模擬テスト(SPI等の筆記試験の模擬試験)の活用方法と、本学学生の受験結果から見える回答傾向を専門講師が分析したうえで「SPI[非言語]を中心に“つまずきやすいポイント”を押さえたオンデマンド解説講座の概要を紹介し、筆記試験対策の第一歩となる内容です。	不要
19	面接のイロハ		就職活動の難所「面接」を30分で攻略！対面・WEB面接の全体像が分かります。 【内容】① 面接の最新データ ② 頻出質問と人事の評価ポイント ③ 実際の対面面接動画と解説 ④ WEBに必要な通信環境 ★ 就活のスタートダッシュを切りたい方や、すべての就活生におすすめの講座です。	不要
20	企業人事担当者による模擬面接会		企業の人事担当者を面接官に迎え、グループ形式の模擬面接を実施します。実際の採用面接に近い環境で面接を体験できるだけでなく、他の学生の受け答えを通して、面接官がどのような点を見ているのかを学ぶことができます。	4/24 14:00 〆切
21	グループディスカッション体験セミナー		GDの基本(流れや評価ポイントなど)を簡単に振り返った上で、実際に対面で行います。実際にディスカッションを行う役割と、その様子を見学する役割、どちらも経験することで、面接官からの「見え方」「評価ポイント」も理解できます。模擬グループディスカッションを行い、講師から皆さんへのFBを行います。	5/1 12時 〆切

＜春フェア実施後の関連プログラム＞

No	講座名	実施方法	要素	日時	概要	申込
22	業界・職種・企業研究の第一歩	オンライン		6月3日(水) 16:35~18:00	業界・職種・企業研究のあり方を学びながら、業界や職種の絞り込みに役立つ自身の価値観を見つける2日間の講座です。	不要
23		対面 (行方付)		6月17日(水) 17:00~18:30	<1日目>業界・職種・企業研究のあり方を学びます。さらに様々なキャリアを歩んだ社会人のインタビューを見て、具体的なイメージをつかみます。 <2日目>簡易な職業興味検査を用いて、自分の興味や関心を探ります。検査結果をもとに、社会人と一緒にグループワークを行うことで、自己理解を深めます。	6/15 〆切
24	「専大生のための筆記試験対策講座」オンライン体験会	オンライン		5/12(火) 12:20~13:00	昼休み(約40分)を利用してオンラインで実施する、実践形式のプログラムです。各自の端から参加し、SPI非言語の問題にその場で取り組んだ上で、講師が解き方のポイントを解説します。短時間で筆記試験対策の雰囲気や進め方のイメージを掴める内容です。	不要
25	駒澤×昭和女子×専修 大学合同グループディスカッション実践講座	対面		6/6(土) 13:00~15:30	他大学(駒澤大学・昭和女子大学)の学生と合同でグループディスカッションを体験することができます。企業で採用を担当されている方が面接官となり、FBを行います。	Classroomでお知らせ
26	グループディスカッション体験セミナー(オンライン)	オンライン		7月予定	GDの基本(流れや評価ポイントなど)を簡単に振り返った上で、オンラインでディスカッションを行います。実際にディスカッションを行う役割と、その様子を見学する役割、どちらも経験することで、面接官からの「見え方」「評価ポイント」も理解できます。模擬グループディスカッションを行い、講師から皆さんへのフィードバックを行います。	実施3日 前に 〆切

フェアの詳細は特設サイトをCheck→

＜秋フェア実施後の関連プログラム＞

5-3

③専修キャリアチャンネル(オンデマンド講座)



大学のGoogleアカウントで
アクセスしてください。

No	講座名	要素	概要
42	自己分析講座 ① 就職活動における自己分析の位置づけ		就職活動における「自己分析」の役割と重要性をわかりやすく解説します。就職活動は「企業と学生の相互理解によるマッチングのプロセス」であり、その出発点となるのが自己分析です。本講座では、自己分析の具体的な進め方や、自分の軸を見つける方法についても紹介します。
43	② 自己分析の目的		
44	③ 自己分析の方法		
45	多様な働き方講座		昨今、注目を浴びる様々な働き方や雇用形態の変化を解説します。多様な雇用形態を知り、人生100年時代を生き抜く術を学びましょう。
46	ブラック企業の見分け方		「ブラック企業」とは、若者を大量に採用し、違法・過重な労働を強いる企業です。求人票や企業情報から、ブラック企業の特徴を見抜く方法を解説します。
47	求人票の読み解き方		求人票の勤務時間や休日等の情報について、見るうえで注意すべきポイントを解説します。
48	職業情報提供サイト「job tag」活用法		厚生労働省が提供するjob tag(じょぶたぐ)を利用した職業研究のやり方を解説します。まずは様々な職業について具体的なイメージを持ちたいと思う方に有効な講座です。
49	「How to 企業研究」シリーズ ① 有価証券報告書活用編		就職活動は、情報収集が重要です。この講座シリーズでは企業情報の豊富な有価証券報告書や会社四季報、就職四季報、業界地図等を活用し、幅広い企業情報の集め方について学びます。本講座を視聴いただくことで「業界研究の方法が知りたい」「財務情報の見方が全然わからない」「将来的に成長が見込める企業を知りたい」等の不安を解消することができます。
50	② 会社四季報の読み方解説編		
51	③ 就職四季報の読み方解説編		
52	④ 業界地図の読み方解説編		
53	⑤ 東洋経済デジタル配信ライブラリー編		
54	OB・OG訪問ネットワークサービス 「ビズリーチ・キャンパス」活用法		ビズリーチ・キャンパスは同じ大学の卒業生と繋がり、「オンラインOB・OG訪問ができる就活アプリ」です。この動画で活用方法を学び、是非、アプリを活用してください。
55	履歴書・ES対策講座 ① 履歴書・ESの構造と採用担当者の目線		履歴書・ESの構造や採用担当者の視点を理解し、ガクチカ・自己PR・志望動機の書き方を実践的に学ぶ講座です。採用担当者が知りたいことを意識しながら、何を伝えるべきか、盛り込む内容やアピールポイントを整理し、等身大の自分を的確に表現できる履歴書・ESを目指しましょう。
56	② 履歴書・ESの記入方法、注意点		
57	③ ガクチカの書き方と採用担当者が知りたいこと		
58	④ 自己PRの書き方と採用担当者が知りたいこと		
59	⑤ 志望動機の書き方と採用担当者が知りたいこと		
60	⑥ 本選考とインターンシップにおける履歴書・ESの違い		
61	文章力養成講座		就職活動・インターンシップで問われる文章力を、基本的文章の書き方、伝わる文章のコツの観点から解説します。間違えやすい表現などは具体例を用いて理解を深めます。
62	プレゼンテーションの基礎		プレゼン構成の基礎的なフレームワークであるPREP法について学びます。
63	プレゼンテーション強化セミナー		10分以上の比較的に長いプレゼンテーションを行うためのスキルを身につけたい方に最適です。「ダイヤモンドフレーム」というプレゼン手法を学びます。
64	グループディスカッション基礎講座		企業がGDを実施する狙いや基本的なディスカッションテーマ、全体の流れや評価されるポイントなど、GDの基本を解説します。基礎知識が無い状態では、本番で自分の実力を発揮できません。まずは、基礎知識を学びましょう。
65	専大生のための筆記試験対策講座		筆記試験(SPI/GAB/CAB/玉手箱など)は企業によって形式が異なり、インターンシップ選考や本選考に向けて早めの準備が有効です。本学では、マイナビの全国一斉WEB模擬テスト(年間10回)を軸に、得点力の土台づくりを支援します。さらに、本学学生の受験結果から見える回答傾向を専門講師が分析し、「SPI非言語」を中心に「つまづきやすいポイント」を押さえた解説講座をオンデマンド形式で配信します。WEB模擬テストで現状を把握し、結果をもとに復習→解説講座で弱点補強、という学習サイクルで取り組みましょう。

④アセスメントテスト

No	講座名	実施方法	要素	日時	概要	申込
66	心理検査：自己理解ワークショップ (MBTIのフィードバックを通じて) 【有料：2,200円】	対面 (神田)		4/23(木) 14:50～19:00	<後期の実施は中止となりました。> MBTI®は、他の心理テスト、診断ツール、性格検査とは異なります。世界45カ国以上、年間500万人が受検している国際規格のツール/メソッドです。心理学者ユングのタイプ論に基づき、何気なく動いている心のパターンや習慣を自分自身が理解し、自分の強みや自己成長の指針を得るためのツールです。インターネット上にある16personalitiesは違い、質問に答えるだけではなく、回答結果をもとに、認定ユーザーの支援を受けることができます。受検者一人ひとりの、自己洞察を深めていきます。 ※最少催行人員4名、定員各10名	4/16 〆切
		対面 (生田)		5/21(木) 14:50～19:00		5/14 〆切
		対面 (生田)		6/30(火) 14:50～19:00		6/23 〆切

⑤対象者別支援

◆公務員志望者支援

講座名	実施方法	日時	概要	申込
公務員×民間併願セミナー	オンライン	9月29日(火) 12:25～12:55	民間型試験を導入する自治体の増加を踏まえ、公務員で求められる人物像や、官民併願のヒントなどをお話します。公務員が民間就職かで迷っている人や、人物試験対策が不安な人にもおすすすめ。	要
公務員・独立行政法人等業務説明会	オンライン	10～12月(予定) 12:25～12:55	専大生の志望者が多い機関を中心にお招きし、仕事の内容や魅力を紹介していただきます。仕事に対するイメージが漠然としている方はこの機会に疑問を解消し、業務への理解を深め、人物試験に備えましょう。	不要
公務員内定者パネルディスカッション	オンライン	12月(予定)	公務員の内定を得た4年次生が、志望動機や自己PR、人物試験対策として取り組んだことなどについてパネルディスカッション形式でお話します。	不要

◆エアライン業界志望者支援

講座名	実施方法	日時	概要	申込
エアライン職種研究セミナー	対面(生田)	6/23(火) 16:35～18:05	エアライン業界に興味はあるけれど、どんな仕事に自分に向合っているのか分からない……。そんな学生を対象に、業界の基礎を学べる業界研究セミナーを開催します。	要
	対面(神田)	6/26(金) 16:35～18:05		要
CA職種研究セミナー	対面(生田)	10/23(金) 16:35～18:05	客室乗務員の仕事(保安・サービス)を理解し、職業理解を深めていきます。体験型のワークショップでCA仕事の難しさや楽しさを体感しましょう。	要
	対面(神田)	10/30(金) 16:35～18:05		要
エアライン短期集中講座	対面 (神田)	8/3(月)～5(水) (全3日間)	客室乗務員を志望する学生対象の講座です。業界に特化した知識や、接客スキル・チームビルディングについてケーススタディを通して学び、選考に必要な実践力を養います。参加前にグローバルキャリアサポートプログラム受講を推奨(未受講でも参加可能)	要
ANAエアラインスクール講座 ANABase研修 【有料】	対面	8月6日(木)	専大生限定。客室乗務員を志望する学生対象の講座です。ANABaseで半日研修を行います。ANAの安全やおもてなしを、現役客室乗務員講師から学びます。 ※「エアライン短期集中講座」を受講した方は優先的に参加できます。(定員有)	要

◆地方就職(UIターン就職)支援

講座名	実施方法	日時	概要	申込
自治体による地域の魅力説明会 ～地域研究から紐解く就職活動・インターンシップ～	オンライン	6月3日(火) ①12:20～13:00 ②13:10～13:50	専修大学が「就職支援協定」を締結した自治体を中心に、担当者が地場産業や働き方などの地域の魅力を説明します。地方や地元での就職活動・インターンシップを進めるにあたり、まずは地域の特徴を知りましょう。	要

◆外国人留学生・障がい学生支援

講座名	実施方法	日時	概要	申込
外国人留学生のための就職ガイダンス	オンライン	4/20(月) 16:35～18:05	海外と日本の就活文化の違い、日本の就活の現状や特徴、就活に向けて必要な対策等についてお伝えします。	不要
障がい学生のための就職ガイダンス	オンライン	5/28(木) 16:35～17:05	障がい者雇用の特徴、一般雇用との違い、合理的配慮、就職活動の流れについてお伝えします。ガイダンス終了後、希望者のみ個別相談を行います。	要