

キャリア支援プログラム

キャリア支援センターでは、年間を通じて、さまざまな支援プログラムを実施しています。1年生からセミナーや相談会に参加し、将来の進路を具体化することが可能です。

全学教育 科目

キャリア教育科目として、これからの大学生活を考える「ライフ・キャリアデザインA」、自己理解を深め、将来のキャリアを考える「ライフ・キャリアデザインB」、よりアクティブに学ぶ「ライフ・キャリアデザインD」や「地域とビジネス」等を開講しています。

フェア

企業・団体の担当者がインターンシップや進路・就職に関する情報を提供する合同説明会です。多くの企業・団体と学生が出会う「場」として企画しています。就職希望者を対象とした「キャリア就職フェア」や、全学年対象の「インターンシップフェア(夏・冬)」「OB・OGによる業界仕事説明会」や「公務員等業務説明会」を開催します。

セミナー

「大学生の過ごし方」から「大学院への進学」「社会に出る準備」までをわかりやすく講義します。学生生活のプラン作成や自己分析、就職活動の進め方など様々なセミナーがあります。

ワーク ショップ

ビジネスマナーやコミュニケーション能力など社会で求められるスキルの習得、グループディスカッションや個別・集団面接といった選考対策などをテーマとして取りあげ、少人数のグループ単位で実践的に学ぶ機会を提供します。

個別相談

キャリア支援センター相談員との個別相談を通して、進路の具体化をサポートします。進路選択や就職活動など全般的な相談に加え、公務員志望者向けに特化した相談にも対応しています。

事前 予約制

予約申込は、東北大学キャリア支援センターホームページ下記URL、もしくは右のQRコードより



URL : <http://www.career.ihe.tohoku.ac.jp/career-advising>

1	進路に関する相談	進学・進路選択などに関する相談
2	インターンシップに関する相談	ES 添削、面接対策などに関する相談
3	就職に関する相談	ES 添削、面接対策、内定について、企業研究等就職活動に関する相談
4	公務員志望者向け相談	公務員試験対策、書類添削、面接対策などに関する相談

東北大学キャリア支援センター利用案内

キャリア支援センターは自由に利用できますので、積極的に活用してください。ただし、個別相談や一部のプログラムの参加には事前予約が必要です。



掲示・資料

お知らせや刊行物のほか、就職関連やUターン、外国人留学生・障がい学生向け、マスコミセミナー、資格関連、学内外セミナー等の各種情報の掲示、各種パンフレット・募集要項(願書)の資料配付等を行っています。



図書資料

各種資料・図書・新聞が閲覧できます。業界・職業・仕事に関する本、SPIや公務員等の参考書・問題集など就職活動をサポートする資料を取り揃えています。資料・図書の貸し出しは10日以内です。



求人票の 閲覧

企業(団体)より、郵送(紙媒体)で届いた求人票、募集要項、企業案内等をファイリングし、閲覧できるようにしています。



Online 面談ブース

Online面談ブースを設置しています。企業・団体等との面談の際や就職活動等で使用の際は予約の上、利用できます。



情報検索用 PC

就職活動の情報検索(求人情報の検索等)やキャリアインサイトによる職業適性診断のためにPCを設置しています。いつでも利用することが出来ます。



公務員試験 過去問題集の閲覧

公務員試験の過去問題集の閲覧ができます。



OB・OG名簿閲覧

企業・団体からご協力いただき、OB・OG名簿を保管・開示しています。ルールを守って閲覧をお願いします。

川内北キャンパス教育・学生総合支援センターの 3階にあります。



東北大学キャリア支援センター

〒980-8576 宮城県仙台市青葉区川内41

TEL.022-795-7770 FAX.022-795-7821

E-mail.career-jimu@grp.tohoku.ac.jp 利用時間: 平日 8:30~17:15

首都圏で活動中の東北大生のために

首都圏での就職活動などの際に「セカンドキャンパス新宿校」*内ラウンジのサービスを無料で利用できます。

- 利用日・時間: 月曜日～金曜日…9:00～18:00 ・土日祝日…閉館
- 利用できる設備: インターネット、コピー、プリンター、デスク、ラウンジ内のPC利用、無料Wi-Fi、携帯充電器の貸出、更衣室、荷物預かり、新聞・就活対策本・雑誌の閲覧等
- 学生証必須 ●事前予約不要
- *他大学の学生との共有利用です。*運営会社の指示に従ってください。
- アクセス: 〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-22-2新宿サンエービル5階
 - ①新宿駅 南口出口 新宿都庁方面へ徒歩5分
 - ②JR、都営大江戸線、都営新宿線、新宿駅7番出口より徒歩2分

*「セカンドキャンパス新宿校」は、株式会社スクリーンが運営しています。詳細は、キャリア支援センターHPをご覧ください。
URL: http://www.career.ihe.tohoku.ac.jp/ug_ma/syutoken

保護者向けサポート

- 保護者向けオンライン相談を行っています。

*就職活動の流れや卒業生の就職状況等をまとめた「就活支援ガイド」を作成しています。
*現在の就職活動の流れや卒業生の就職状況等をご説明する「保護者のための就活講座」を開催しています。
※詳細はホームページ「保護者の方」をご参照ください。

※最新の情報は、キャリア支援センターホームページでご確認ください。



2022年度版

東北大学 キャリア支援センター のご案内



キャリア支援センターは、皆さんの進路、就職、キャリア形成について幅広い支援を行っています。

▼ 詳しい情報はホームページから確認 ▼

<http://www.career.ihe.tohoku.ac.jp>

東北大学キャリア支援センター

検索

キャリア支援センターの利用方法や情報検索等、詳しい情報はホームページから確認してください。

- イベント情報 (フェア、ワークショップ、セミナー等)
- 個別相談予約
- 求人・インターンシップ情報
- 学内アルバイト
- キャリアガイド
- 利用案内等々

公式ツイッター

@tohokucareer

イベント情報や個別相談空き状況などをリアルタイムでつぶやきます。

東北大学の キャリア支援プログラム

東北大学キャリア支援センターでは、個別の進路・就職相談、目的別・対象別のセミナーなどの企画実施、求人・進路形成に関わる情報の収集・提供、キャリア全般に関する調査や各種支援を行っています。キャリア支援プログラムの活用モデルをご紹介します。ここにまとめたキャリア支援センターが実施する年間支援プログラム全体の流れを参考に、自分らしい大学生活と将来に向けた準備を進めましょう。



2022年度 年間支援プログラム予定

対象学年	STEP 1 大学生生活・進路を考える		STEP 2 自分を知る・考える		STEP 3 社会・仕事を知る			STEP 4 就職活動に備える	就職活動・最終学年支援	ワークショップ	個別相談	対象学年
	全学教育科目	セミナー	全学教育科目	セミナー	全学教育科目	インターンシップ	セミナー	学部3年・修士1年以上	学部4年・修士2年以上	全学年	全学年	
4月	ライフ・キャリアデザインA -大学生活を考える- (金曜日・5講時) 大学生活の過ごし方、ライフキャリアや職業キャリアについて学び、それをこれからの大学生活に生かすことをめざします。	将来を考える ＜進路選択に向けて今後のやるべきことを理解しよう！＞	ライフ・キャリアデザインD ＜2年生以上＞ (火曜日・5講時) キャリア支援センターが5月から7月に実施するセミナーへの参加やキャリア支援センターでの個別相談などを通じて、自分自身の進路選択について考えていきます。スケジュールは授業初回のオリエンテーションで確認してください。	自己分析(基礎) ＜意思決定のための自己分析＞	フィールド・ワーク実践-地域とビジネス- ＜2年生以上＞ (月曜日・3講時) グループ単位でのフィールドワークを行います。具体的には、地元企業や団体へのインタビュー等を通して、その魅力や競争力を「見える化」します。問題発見・解決力、コミュニケーション能力、チームワークの向上が期待できます。	インターンシップ事前研修 (水曜日・5講時) 就業体験を通じて自己理解及び職業理解を深め、将来のキャリアの明確化や学生生活の充実をめざします。	インターンシップを考える ＜就業体験・職業観涵養＞	就職活動のすすめ方 ＜就職環境やスケジュール等を知って準備を始めよう＞	個別・集団面接、グループディスカッション対策	自己分析 職業興味分析 コミュニケーション 業界・企業・職種研究 ES対策 面接対策 ビジネスマナー プレゼンテーション グループディスカッション	進路に関する相談 インターンシップに関する相談 就職に関する相談 公務員志望者向け相談	4月
5月												6月1日 採用活動選考開始
6月	大学生活と進路を考える	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	ライフ・キャリアデザインB -自己分析- (火曜日・5講時) 講師のキャリア形成過程とそこの模索に触れるとともに、様々な心理検査や個人ワークを通して自己に対する理解を深めます。自分に適した進路を探求し、なりたいたい自分→「やりたいこと」→「やるべきこと」を明確化します。	キャリア教育特別講座 (河北新報・東北を拓く新聞論) (月曜日・5講時) 河北新報のベテラン記者による講義。東日本大震災とこれからの東北について考えていきます。	経済同友会インターンシップ 参加するためには「インターンシップ事前研修」の履修が必要です。	夏 夏のインターンシップフェア・業界研究フェア	冬 冬のインターンシップフェア・業界研究フェア	公務員等業務説明会	OB・OGによる業界仕事説明会	就活全般・マナー・ES・面接対策など就職活動の進め方をこれから就活を始める学生やもう一度再確認したい学生向けに展開	就活活動スタートアップ＜就職活動の進め方＞	6月
7月												6月
8月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (読売新聞・ジャーナリズムと社会) (金曜日・5講時) 読売新聞の編集委員等、各分野に精通するベテラン記者によるオムニバス講義です。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	8月
9月												7月
10月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (河北新報・東北を拓く新聞論) (月曜日・5講時) 河北新報のベテラン記者による講義。東日本大震災とこれからの東北について考えていきます。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	9月
11月												8月
12月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (読売新聞・ジャーナリズムと社会) (金曜日・5講時) 読売新聞の編集委員等、各分野に精通するベテラン記者によるオムニバス講義です。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	10月
1月												9月
2月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (河北新報・東北を拓く新聞論) (月曜日・5講時) 河北新報のベテラン記者による講義。東日本大震災とこれからの東北について考えていきます。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	11月
3月												10月
3月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (読売新聞・ジャーナリズムと社会) (金曜日・5講時) 読売新聞の編集委員等、各分野に精通するベテラン記者によるオムニバス講義です。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	12月
1月												11月
2月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (河北新報・東北を拓く新聞論) (月曜日・5講時) 河北新報のベテラン記者による講義。東日本大震災とこれからの東北について考えていきます。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	1月
3月												12月
3月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (読売新聞・ジャーナリズムと社会) (金曜日・5講時) 読売新聞の編集委員等、各分野に精通するベテラン記者によるオムニバス講義です。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	2月
1月												1月
3月	自己分析(応用) ＜アプローチのための自己分析＞	キャリア教育特別講座 (読売新聞・ジャーナリズムと社会) (金曜日・5講時) 読売新聞の編集委員等、各分野に精通するベテラン記者によるオムニバス講義です。	インターンシップ実習A インターンシップ実習B (集中講義) 実習期間を振り返り、学生生活の充実や将来のキャリアの明確化につなげる事後学習です。	インターンシップ	ビジネス(就活)マナー ＜基本的なビジネスマナーとは?＞	エントリーシート対策＜理系・文系別＞	面接対策＜理系・文系別＞	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	リスタートプログラム	就活活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	就職活動選考準備ワークショップ： 集団面接・グループディスカッション	3月
1月												2月

就職活動を予定している学生の皆さんに向けて、進路選択に必要な情報や就職活動全般をまとめた「キャリアガイド」(冊子)を発行しています。

☆「キャリアガイド」は、下記アドレスから閲覧できます。

<http://www.career.ihe.tohoku.ac.jp/archives/jpnews/career-guide2021>

⇒DCメールアドレスでログインしてください。DCメール以外でアクセス権限リクエストされた場合、在学生の確認ができないので、承認は行いません。