

2011年
9月号

発行日 平成23年9月15日(第40号)
(月1回/毎月15日発行)
発行元 オフィスタ広報・宣伝部
東京都新宿区西新宿5-8-1第一ともえビル

特集:

『履歴書と職務経歴書の作り方について①』
/オフィスタ業務管理部

オフィスタNEWS 第40号発行にあたって

一時期涼しくなり、このまま秋になるのかと思ったりもしましたが、まだ残暑が続いていますね。涼しい日があったので、その後の暑さは余計暑く感じ、体に堪えます。買い物に行くとすっかり秋物の服が並んでいるので欲しくなってしまうのですが、秋物を着るのはもう少し先になりそうですね。

今年の防災の日は、いろいろな所で防災訓練が行われました。勤務先で訓練を行ったり、通勤中に偶然訓練に参加することになった人もいるかと思います。今までにないような防災訓練もありましたね。やはり日頃の訓練は大事ですので、先の大震災も相まって積極的に参加する人が増えたようです。

また、震災後は品薄で手に入らなかったものが、店頭で並ぶようになってきましたので、少しずつ備えて置くのも大事ですね。私は計画停電中、ランタンはあるのに乾電池がなくて困ったので、単一乾電池を補充しました。

“はたらきたいという気持ちを大切に”
“家庭もお仕事も大切に”

オフィスタは仕事と家庭の両立を目指してはたらく女性/ママさんを応援します。

今回のオフィスタNEWSもお気軽に読んでください
さればと思います。



- オフィスタのホームページをご覧になったことがありますでしょうか？オフィスタではWEB上でも色々なお仕事、メルマガバックナンバー、Q&Aなど有益なコンテンツを揃えております。

アドレスは下記↓

<http://www.offista.com>



お問合せ先 : Mail. info@offista.com
TEL.0120-178-172 (フリーダイヤル)
FAX.03-3379-5596

編集 オフィスタ広報・宣伝部 メルマガ担当係
発行 日本プランニング株式会社 <http://www.offista.com>
はたらく女性を応援します/育児とお仕事 人材派遣のオフィスタ
※オフィスタNEWSバックナンバーもホームページから閲覧できます。

(C)2011 OFFISTA

たとしたらどんな毎日が来るのでしょうか？ということ
を頭の中で2〜3日ずっと想像を膨らませてから書いて
みてはどうでしょう。それだけでもずっと素晴らしい履
歴書になることは間違いないはず。現在はハローワーク
でも人気のお仕事案件は100倍以上の応募倍率です
から、数百枚の履歴書の中から勝ち残る履歴書である
ためには単に経歴やレイアウトの見栄えが良いだけでは
勝てないということがポイントです。志望動機欄の重要
性は非常に大きな割合を占めています。

【趣味・特技】

多くの履歴書でよくみかけるのが、趣味・特技欄が余
白の多い書類です。実はこの趣味・特技欄を拝見するの
が好きな人事担当者が多いことをご存知でしょうか。

企業の人事担当者といっても人間ですから、仕事を離
れたプライベートな時間はもちろんありますし、社内では
眉間にしわを寄せているかもしれませんが、お休みの日
や仕事帰りには別の一面も当然あることでしょう。堅
苦しい履歴書の中で唯一、仕事を離れた位置づけで心
をつなぐパートが趣味・特技欄なのです。

折角なのでこの欄くらいは少し羽目を外してもよい
のではないのでしょうか。一般には「読書・音楽鑑賞・映
画鑑賞」といった記述でしょうか。当たり障りない記述
ではありますが何百枚という応募者の履歴書の山の中
では目立つことなく埋もれてしまうと思いませんか？
そもそも音楽を聞いたり映画を見たりが嫌いな人、趣味
ではない人を探す方が難しいのではないのでしょうか。

このパートは面接に至った際に重要な位置を占めて
きます。面接では自己PRであったりこれまでの経歴を
話したりと緊張の場が続くことでしょう。企業の面接
官も緊張の張りつめた堅苦しい場の連続で、一通り終
わって終盤に差し掛かった時に出てくるのがこの趣味欄
です。いままでお互いに堅い場面でのやりとりから、少
し仕事を離れた趣味欄でリラックスでき、少しお互いに
素の自分になれる時間が趣味・特技のPRタイムです
ので有効に使いたいものです。

音楽鑑賞と記述していれば「趣味は音楽鑑賞ですか。
どんな音楽を聴くのですか？」とか、映画鑑賞であれば
「最近ではどんな映画を見ましたか？」と半ばお義理程
度で聞かれることはあるかもしれませんが、よくあるパ
ターンの一つで面接官の記憶に残るほどの会話を弾ませ
ることはまずないと思っておいた方がいいでしょう。

音楽鑑賞であれば「誰の音楽が好きである、こんな作曲
家が好きである」とか具体的に書いた方が良いでしょう。
映画鑑賞であれば「こういうジャンルの映画を年間50
本観ます」とか、特技テニスであれば「インターハイに
出場しました」等、仕事を離れた場での素の自分を存
分にPRできる書き方をしてみましょう。

私も何百何千枚という履歴書を見てますが、記憶に残
って忘れられない履歴書があります。その人は趣味欄
に、「趣味：高そうな車が走っているのを眺めること」と
書いてありました。一見意味が分からなかったのですが
気になって無性にお会いしたくなったのを覚えていま
す。『自分もいつかああいう高級車に乗れるようになる
ために、日々羨望の眼差しで車を眺めるのを趣味とす
れば向上心を忘れずにいられるから』という回答とセン
スに脱帽でした。また、「趣味：趣味と自信を持って言
えるものがないので、一緒に私の趣味を探して欲しい
です。」と記述されているケースもなかなか良いセン
スをしているなと思い拝見していたものです。

このように趣味欄は、突飛・奇抜なことを書けばよい
というものでは決してありませんが、極々ありきたりの
事を記述していてももったいないとも思います。

【自己PR】

履歴書の最後に大容量を占めているのが「自己PR欄」
です。「これまで経歴や職歴を散々記入してきたのにこ
れ以上何を書けばいいの？」という方も多いと思いま
す。人には色々な長所短所がありますので、ここでは企
業にPRしたい自己分析結果を記入してみましょう。但
し、PRポイントをあれもこれも記入してはボヤけてしま
いますので、特筆しておきたい事項を絞って記入しま
しょう。無理にスーパーマン/スーパーウーマンを創出
する必要はありませんので、会社側があなたを仲間とし
て迎え入れるにふさわしいかを判断するための材料と
なるように書きましょう。短所のない人間などこの世に
居ないので、素晴らしい長所ばかりが書き殴られてい
るのも読み手にすれば少々嫌味っぽく見えてしまう
のでくれぐれも“自慢？”と勘違いされないように注
意しましょう。また、自分の長所がわからないという人
は、逆に自分の短所は何かを考えるのは楽だと思いま
す。自分は仕事が遅いのが欠点と思っているのであれば
それは「仕事を1つ1つ丁寧にしているから」であり、
おっちょこちょいな性格が欠点だと思うならそれは

「決断力が早く行動力がある」ということでもあります。自分では短所・欠点だと思っけていても、他の人にとってはそれこそがあなたの長所であることもあるのです。また、自己PR欄で「更なるスキルアップに励みたい。」と記述される方が多いのですが、企業はあなたのスキルアップのために採用するわけではありません。「スキルアップのために入社したいのか?」、「スキルアップをしたら辞めるのか?」と悪い方に取られてしまいますので、「更なるスキルアップをして、その結果、貴社の〇〇をどうしていきたいという目標がある。」というように、**何故スキルアップをしたいのか、あなたがスキルアップをすることで企業側にどんなメリットがあるのか**を明確に書くようにしましょう。このように、自己PR欄は自慢話の場であったり、一方通行の場であってはなりません。最終的には自己情報を伝えるとともに企業側の判断材料になるように、自己欲求を伝えるとともに企業側に求める人材に合致するかどうかを判断してもらえる材料にしなければなりません。

今回は履歴書の表面に比べて意外と軽視されがちな裏面の重要3項目欄「志望動機欄」、「趣味・特技欄」、「自己PR欄」について書いてみました。誌面の都合もあり今号はここまでとしておきますが、次号では「履歴書表面」、「履歴書用の顔写真」、「資格・免許欄」について書いてみたいと思っております。

とはいうものの“言うは易し”で実際にこれらを反映した履歴書を作成するのは相当難しいですよ。オフィスタでもこれまでに履歴書や職務経歴書について記載したデータが何点かありましたので、もしよかったら下記もご参考にどうぞ。また、オフィスタで履歴書のアドバイスや代行作成補助など、出来る限りご協力もしておりますので何かありましたらお気軽にご相談ください。

【参考：オフィスタ・ブログ】

第6話「履歴書のレイアウト（電子データ履歴書の場合）」

第7話「履歴書のレイアウト（市販の履歴書の場合）」

第16話「履歴書の顔写真」

第44話「職務経歴書の書き方①」

第45話「職務経歴書の書き方②」

第46話「職務経歴書の書き方③」

第47話「職務経歴書の書き方④」

第48話「職務経歴書の書き方⑤」

<http://www.offista.com/coffee/blog/blog001100.pdf>

※本号の履歴書アドバイスは求職者が企業等へ履歴書を送る場合を想定して執筆しております。オフィスタをはじめ派遣会社へのご登録の際の履歴書等提出とは趣旨が一部異なりますのでご注意ください。

☆☆オフィスタからのお知らせ☆☆

/オフィスタ総務部

履歴書用写真+メイクアップ+履歴書代行をセットでセミナーを行います。初回モニターを募集いたします。

①日時：H23年10月8日（土）14:00~16:00

②場所：渋谷スタジオ（JR渋谷駅より徒歩3分）

③内容：

a) プロの講師によるメイクアップ講座・指導

b) プロによる服装・胸元アクセサリーのコーディネート

c) 履歴書用写真撮影（顔写真1枚、全体写真1枚）

d) 専属カメラマンによる採光・照度・輝度補正

e) **パソコン画像処理**によるシミ消し・ソバカス消し等（従来の写真撮影では不可能だったPC技術処理を導入）

f) 就職写真用に髪の色を黒髪にしたい等の場合はPC処理にてご希望の色にできますので、履歴書写真のために髪の色を変えてくる必要はございません。

g) **表情・髪型など履歴書用写真撮影のためだけにプロが全面的に指導コーディネートをいたします。**

h) 履歴書代行作成・顔写真貼付の上データ化にて配布

④参加費：¥3,000円（※通常料金¥9,800円）

⑤講師：西川淑子（ベストカレッジ代表）

⑥定員：若干名（定員に達し次第申込み終了します）

⑦お問い合わせ：オフィスタ総務部までお申込下さい。

☆☆これって便利!? キッチングッズ調査報告☆☆

/オフィスタ人事管理部



キッチングッズが多様化している中、これは何にどうやって使うの? というキッチングッズを紹介するコーナー。

←第二号はこちら

長い棒状にギザギザの刃物がついていますが、これは何に使うものだと思いますか?

実は…**グレープフルーツカッター**です!! グレープフルーツを横に切った時、果実をこちらのナイフでザクザクと切って食べやすくするものです。実際に使ってみると果実

がきれいに取れてとっても便利なので私は愛用しています。グレープフルーツの実を取るためだけのグッズがあったなんて、それだけでもビックリですよ。

☆☆お仕事Q&Aコーナー☆☆

投稿：T.Hさん 31歳女性

Q. 私はハケンではたらいています。日曜日はお休みなのですが先日は業務多忙のため日曜出勤しました。上長からは「代わりに来週平日に休んでもいいよ」と言われましたが、これは代休になるのでしょうか、振替休日になるのでしょうか。そもそも代休と振替休日の違いがわかりません。法的な解釈を教えてください。

A. 振替休日とは、勤務日と休日を交替することです。従って日曜日が休日であった場合、上長から日曜出勤を命じられて代わりに月曜日を休んでもいいよといわれた場合は、日曜日が出勤日となり月曜日が休日ということになります。従って日曜日に出ても休日出勤とはならず、割増賃金は発生しません。代休とは会社が就業規則等で「振替休日制度」をとっていない場合に日曜出勤を命ぜられ代わりに月曜日を休んでもいいよといわれた場合で、休日出勤であることには変わりはありませんので、休日割増（35%増し）賃金が発生します。この場合、会社は必ず代休を与えなければならないということではありません。対して、振替休日は必ず与えなければならない点で代休制度とは異なっています。（大滝）

…<そのほかの気になるお仕事の疑問募集中>…

お仕事に関する疑問なんでもどしどしお寄せ下さい。オフィスタの顧問社労士をつとめる大滝岳光先生（神奈川県立産業技術短期大学）と馬場実智代先生（馬場社会保険労務士事務所長）がお答えしてくれます。

▼あなたのお悩みも受け付け中。仕事や職場に関する疑問をお寄せください！

▼過去のQ&Aバックナンバーはオフィスタ・ホームページからダウンロードできます。

<http://www.offista.com/coffee/index/coffee.html>

☆☆オフィスタのアルバイト情報☆☆

/オフィスタ業務管理部

勤務形態：アルバイト 勤務地：オフィスタ（西新宿）
日 給：¥8,000円（交通費含む）
勤務時間：10：00～18：00（応相談可）
勤務日：10月～11月の土曜日で1日以上から
業務内容：ワードへPDFの画像貼付け業務
募集人数：2～3名程度（※応募者多数の場合は抽選）
経 験：ワード・PDF・画像ソフトが扱える方
応 募：オフィスタ業務管理部までお問合せ下さい。

☆☆連載『美容と健康を考える⑩』☆☆

/オフィスタ総合管理室

『BBクリームって何？』

最近ドラッグストアやTV・雑誌でBBクリームをよく見ませんか？“今話題の”とか“大流行の”と注目されていますが、調べてみたらBBは、Blemish Balmの頭文字をとったもので、Blemish（欠点、傷）を補うBalm（バーム、香油）という意味です。元々は美容大国韓国発のコスメでピーリング等の皮膚科手術などで炎症を起こした肌を消炎、保護するために使用されていたクリームで、化粧下地・ファンデーション・保湿・UVカット・コンシーラ等の機能を1本に集約したオールインワンタイプのクリームなので、重ねてつける必要がなく1本でナチュラルな印象のメイクになります。洗顔や化粧水の後、BBクリーム1つでベースメイクを作れるので、忙しい朝のメイク時間も大幅に短縮できます。そして価格も手頃なので経済的にも優しいコスメと言えるでしょう。9月に入ってもまだ紫外線はきつくお肌の手入れも欠かせません。



●バックナンバー

連載：『美容と健康を考える』は下記アドレスから

①栄養の取り方/②睡眠の取り方/③見た目年齢/④毎日の食事で体温をあげましょう/⑤スキンケア/⑥汗やにおいをコントロールしよう/⑦休日に本当の休養していますか/⑧「好きな色」と「似合う色」/⑨疲れを解消しましょう/⑩魅力的に自分を表現する/⑪ウォーキング/⑫体脂肪率/⑬花粉症予防/⑭卒業式・入学式のファッション/⑮紫外線対策/⑯梅雨の時期の健康管理/⑰夏場の匂い対策/⑱夏の就職活動とリクルートスーツ

<http://www.offista.com/coffee/maimagine/maimagine.htm>

派遣クイズ

上長が病気のため入院することになりました。同僚とお見舞いに行くことにしましたが、対応として不適切なものはどれでしょう。

- ①回復を願い華やかな鉢植えのお花を持って行った。
- ②上長が好みそうな本やCDを持って行った。
- ③急なお見舞いは迷惑になるため、ご家族に連絡してから伺った。
- ④会社の状況が気になっていると思うので、仕事状況をまとめたレポートを作成し渡した。



（答えは最終ページ）

☆☆お仕事情報コーナー☆☆

文部科学省系財団法人でのお仕事

文部科学省系財団法人での一般事務のお仕事です。PCを使った資料作成、経理補助、講習会の準備、受付、書類のファイリング、電話対応などが主な業務になります。

勤務形態：派遣 勤務地：港区虎の門
期間：長期（6カ月以上勤務可能な方のみ限定）
勤務日：月～金 9：30～17：30
時給：1,250～1,300円（交通費別途）
業務内容：

- ①PCを使った資料作成・ファイリング
- ②講習会の準備・受付など（年4回）
- ③経理補助業務

スキル・経験：

- ①ワード・エクセルが中級程度まで使える方
- ②TOEIC850以上又は同等の会話力を有する方
- ③簿記二級以上取得者で経理（補助）実務3年以上

このお仕事はメルマガを愛読いただいている方のみご紹介している非公開のお仕事です。エントリーはメールまたはお電話にて受付けております。（その他のお仕事についてはオフィスタ公式ホームページをご覧ください）

いいお仕事との出会いは一瞬です。

“明日からではなく”

<http://www.offista.com>

☆☆編集後記☆☆

〇おわりに

子供の夏休みが終わり、やっと通常の生活に戻ったような気がします。今年の夏休みの宿題はレポートや自由研究など親子で取り組むものがあったのですが、夏休み初めは、子供のやる気もなく、私も忙しさにかまけて日延ばしにしてしまったので、夏休み最後の日は大慌てになってしまいました。親子で取り組むものではあっても、親はサポート程度ですので、見ているともどかしさを感じます。こんなに宿題が終わるかどうかハラハラしたのは、自分の子供の頃を思い返しても初めてでした。やはり計画性は大事ですね・・・。

Reiko 記

オフィスタ NEWS 第40号作成委員

編集長	kazuyo	オフィスタ広報・宣伝部
編集	Reiko	オフィスタ総合管理室
監修	makoto	オフィスタ業務管理部
執筆	Yakka	オフィスタ人事管理部
	Korohi	オフィスタ人事管理部
	Ricaco	オフィスタ総務部
協力	大滝岳光社会保険労務士事務所 馬場実智代社会保険労務士事務所	
参考	オフィスタ・ブログ	
		http://www.offista.com/coffee/blog/blog.html

…<メルマガ オフィスタ NEWS について>……

★お問い合わせ先

●配信停止

<http://www.offista.com/mailout.html>

●メールアドレス変更

<http://www.offista.com/melmaga.html>

●プライバシーポリシー

<http://www.offista.com/privacy.html>

●バックナンバーは下記からダウンロードできます

<http://www.offista.com/melmaga.html>

派遣クイズの答え：①が不適切

お見舞いと言えば「お花」というのが一般的ですが、実はお花を持っていくのは置き場に困ったり、最近では衛生上病院側が禁止している場合もあり、花瓶の水替えて患者さんの負担が増えてしまったりもしますので控えた方がいいでしょう。また、鉢植えの花は「根つく」が「寝つく」を連想する方もいらっしゃるようですので縁起を担いでお見舞いには持っていかないというのが一般常識です。対して入院中というのは何かと時間を持て余しますので、本やCDのお見舞いというのは喜ばれるケースが多いようです。なお、入院中は検査があったり突然伺っても会えるかどうかわかりませんし病院側にも迷惑になるので、ご家族に連絡をして許可をとってからお見舞いに行くようにしましょう。また、お仕事状況を報告するのは結構ですが、それが上長のストレスの原因にならないようくれぐれも程度をわきまえるようにご注意ください。

MEMO：

このメールはオフィスタ・メルマガ希望者及びオフィスタ関係者へお送りしております。

この内容に覚えがない場合や、システムに関するお問い合わせは下記まで。

お問い合わせフリーダイヤル／0120-178-172

お問い合わせ受付時間／10:00～17:00（土・日曜日、祝日を除く）



オフィスタは次世代育成支援対策推進法第13条に基づく厚生労働大臣認定企業です。

本誌の一部または全部を無断で引用、転載、放送することは、法律で定められた場合を除き、著作権者の権利の侵害となります。あらかじめ許諾をお求めくださいますようお願いいたします。

—オフィスタは日本プランニング株式会社の登録商標です。—