

ALUMNI CAREER GUIDE



# 訪問ガイド

## OB・OG訪問とは

興味のある業界や企業で働いている大学の先輩を訪ね、HPや会社説明会だけではわからない実際の業務内容や職場の雰囲気など、就活に役立つ情報を集めることです。

## OB・OG訪問のメリット

OB・OG訪問は必ずしなければいけないものではありませんが、業界や企業についてより深い理解が得られることで、納得度・満足度の高い就職ができる可能性が高まります。

- ・会社の雰囲気がわかる
- ・具体的な仕事内容がわかる
- ・働くイメージがつかめる
- ・社会人と話すことでマナーや面接の練習になる
- ・入社先を決める際の判断材料が得られる

業界・企業研究に役立つ情報を得て、  
企業選びや志望動機の作成に役立てよう！



上智大学  
SOPHIA UNIVERSITY

## OB・OG訪問の流れ

**STEP1**  
OBOGを探す

**STEP2**  
訪問の  
アポイント  
を取る

**STEP3**  
訪問する

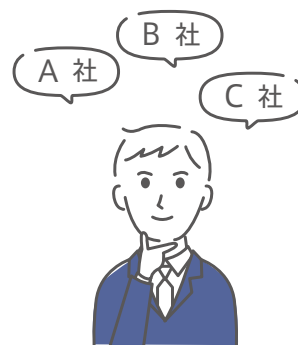
**STEP4**  
訪問の  
お礼を送る

### 01 企業のHPから

企業の採用ページに、OB・OG訪問の方法や対応可能な社員情報が掲載されている場合があります。

### 02 キャリアセンターを利用

・キャリアセンター内の専用端末から Loyola>就職・キャリア支援>卒業生照会



※検索はキャリアセンター内のみ可能

※データは卒業時のものです。退職や転職等の可能性があります。

- ・企業から提供された名簿を、窓口で閲覧できます
- ・ソフィア会(上智大学同窓会)有志から提供された名簿を窓口で閲覧できます

### 03 身近な知り合いから

- ・部活動、サークル、ゼミの先輩、高校時代の先輩にアプローチする
- ・友人同士で紹介し合う
- ・家族・親戚、学科の先生やアルバイト先の社員の方など、身近な知り合いから紹介してもらうなど、いろいろな繋がりから探してみよう

・OB・OG交流会に参加する

OB・OGが多数参加する対面の交流会です。2023年度は9月に48社を迎えて実施。また理系の技術職については秋から冬にかけて約20社との交流会がありました。2月にはソフィア会協力の交流会も実施しています。学内で行われ、一日で複数の企業のOB・OGと会える貴重な機会です。

※開催時期・内容は毎年変更します。「WEBキャリアセンター」で最新情報を入手して下さい。

・内定者アドバイス会に参加する

内定をもらった4年生の体験談を聞くイベントです。出席して就職活動の体験を聞いてみましょう。

## 04 そのほか

- ・会社説明会の会場で、人事担当者に個別にアプローチする
- ・お会いしたOB・OGに、さらに別の方を紹介してもらう

ガイダンス情報は  
WEBキャリアセンター  
から!

Loyola>就職・キャリア支援>  
WEBキャリアセンター



STEP1

OBOGを探す

STEP2

訪問の  
アポイント  
を取る

STEP3

訪問する

STEP4

訪問の  
お礼を送る

## 訪問のアポイントを取る

OB・OGの連絡先がわかったら、早速訪問のアポイントを取りましょう。電話もしくはメールで簡潔かつ丁寧な態度で臨みましょう。

### ポイント

- ・候補日は1週間以上先で3つくらい提案する
- ・長くても1時間程度に収める
- ・(OKをもらったら)オンラインツールの種類を確認する
- ・オンラインミーティングのURLは自分から発行する

おさえておきたい就活マナー

電話・メール  
・封筒編



送信先のメールアドレスが間違っていないか確認する。

一度送信ボタンを押すと取り消せません。送信する前にもう一度見直して誤字・脱字がないかチェックしましょう。

名前がわかっている場合は「〇〇様」とします。

適当なところで1行空けると、読みやすくなります。

簡単に志望の理由や気持ちを書きます。

依頼内容の質問はわかりやすく書きます。

最後に「大学名・学部・学科、名前、Eメールアドレス、電話番号」を付記しておきます。

New Email

To: ▲▲▲▲▲▲▲@●●●●●●●.com

Cc:

件名: OB・OG訪問のお願い (上智大学●●学部●●学科3年 上智太郎)

株式会社: ○〇商事  
●●課  
○〇〇〇様

突然のご連絡で大変失礼いたします。  
私は上智大学●●学部●●学科3年 上智太郎と申します。

上智大学キャリアセンターでOB・OG名簿を拝見し  
○〇様にOB・OG訪問をさせていただきたく、ご連絡を差し上げました。

私は現在就職活動の準備をしており、  
○〇業界を中心に企業研究をしているなか  
貴社に大変関心を持っております。  
貴社でのお仕事内容や○〇業界に関することについて  
是非○〇様のお話を伺う機会をいただければ幸いです。

お忙しいか勝手なお願いで大変恐縮ではございますが、  
ご検討いただければありがたく存じます。  
どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

上智大学●●学部●●学科3年  
上智太郎  
メールアドレス: \*\*\*\*\*@sophia.eagle.ac.jp  
電話番号: 000-0000-0000

タイトルはわかりやすく具体的に、タイトルをただで内容の予測がつくようにしましょう。

○OB・OG訪問のお願い

×お願い

×質問があります。

×お礼

「拝啓(敬具)」や時候の挨拶は省略して、自己紹介など最低限の挨拶にとどめて本題へ。

絵文字の使用は避けましょう。

読みやすい箇所を改行しましょう。

HTML形式ではなくテキスト形式の文書にします。



## 訪問する

OB・OGを訪問する際は、必ず聞きたいことを事前にしっかりとまとめてから臨みましょう。訪問を受ける先輩は、就活の一助となるために基本的にはボランティアで話を聞く機会を与えてくれます。感謝の気持ちとともに、常に礼儀ある態度で接しましょう。

- 時間厳守(10分前行動)。事前に訪問場所を調べておきましょう
- 名刺をいただいた場合、すぐにしまわず、机の上に置きましょう
- 下座(入口に近い方)を意識して着席します
- 自己紹介を簡単に行いましょう(専攻や学業以外の活動、就活の状況など)
- 名刺は面接後にお礼を言ってから名刺入れにしまいましょう。  
名刺入れがない場合は、クリアファイルなどに挟んでカバンに入れます。

**持って行くもの** 筆記用具、メモ帳(質問リスト)、履歴書(写真付き)、腕時計



・オンライン訪問の注意点は下記のQRコードを参照してください。

## こんなことに注意!

- ・面会場所はカフェや企業の受付などオープンスペースを利用しましょう。
- ・遅い時間の訪問は避け、オンラインでの面談をお願いしましょう。
- ・自宅や個室環境などへの訪問はお断りしましょう。
- ・アルコールを伴う飲食はお断りしましょう。
- ・プライベートな質問、個人的な連絡先の交換などには、必ずしも応じる必要はありません。

★不審な指示や提案があった場合には、面会をお断りし、すぐにキャリアセンターに報告してください。

おさえたい就活マナー

身だしなみ・  
言葉遣い編



おさえたい就活マナー

オンライン編





## NOTE◆OB・OG訪問の目的と質問例

OB・OG訪問では、訪問の目的を定め、質問項目をあらかじめ準備しておきましょう。ノートなどにリストとしてまとめておくと、聞き忘れを防ぎ、会話が途切れたときにも焦らずに済みます。

### 業界について

- ・業界全体の現状と課題
- ・業界全体の展望
- ・競合他社に対する印象

### 企業について

- ・ジョブローテーション  
(何年で何部署を経験するのが一般的か)
- ・配属の希望はどの程度考慮されるか
- ・上司や同期との関係、どんな社員が多いか
- ・入社前後でのギャップ
- ・福利厚生で満足しているところ、  
足りないと感じるところ
- ・女性活用の状況(管理職の割合など)
- ・育休の取得のしやすさ  
(制度と実際の運用状況)
- ・競合他社と比較した際の強みと弱み

### 訪問するOB・OGについて

- ・現在の業務内容
- ・これまでのキャリア
- ・入社後からの1日の流れ
- ・現在の部署やその職種を選んだ理由
- ・一番のやりがい
- ・困難だった経験や失敗談
- ・今後のキャリアプラン
- ・働く上で大切にしている信念や価値観

### 就職活動について

- ・他にどの業界・企業を併願していたか
- ・どのような就活だったか。面接・試験対策は?
- ・その会社を選んだ理由

### その他



- ・自分に対する印象とアドバイスがあれば



## 訪問のお礼を送る

忙しい中時間を割いてくれた先輩へのお礼の気持ちを伝えるため、訪問後はかならずお礼を出しましょう。また、進路が決まった際には、感謝の気持ちを込めて結果報告を送りましょう。

メール例：

New Email		- □ ×
	To: ▲▲▲▲▲▲▲▲@●●●●●●●●.com	
Cc:		
件名: OB・OG訪問のお礼 (上智大学●●学部●●学科3年 上智太郎) 		
株式会社: ○○商事 ●●課 ○○○様		
本日はお忙しい中、貴重なお話をありがとうございました。		
○○様のお話は、ホームページやパンフレットの資料からは知ることのできない情報ばかりで、大変勉強になりました。 なかでも、○○様がお仕事に取り組む際に大切にされていることや困難を乗り越えて達成されたプロジェクトのお話などは大変興味深く自分が働くイメージがより明確になっただけでなくあこがれだけではつとまらないものだと思いの引き締まる思いがいたしました。		
また改めてお世話になることもあるかと存じますが、今後共ご指導をお願いできれば幸いです。 お忙しいなか、お時間を割いていただきましたこと、重ねて御礼申し上げます		
上智大学●●学部●●学科3年 上智太郎 メールアドレス: *****@sophia.eagle.ac.jp 電話番号: 000-0000-0000		



## コラム

### リクルーターとは

人事の採用担当者ではないが、採用活動のサポートをする若手社員のことを指します。企業によってリクルーターの役割や権限は異なります。OB・OG訪問の結果を採用担当者に報告するだけであることもあれば、訪問が選考ステップのひとつでリクルーターが合否の権限を持っている場合もあります。

本人がリクルーターだと名乗る場合と名乗らない場合があり、通常のOB・OG訪問と区別が付きにくいですが、人事側から紹介されたOB・OGの場合は一定の評価をされる可能性があるという前提で臨んだ方がいいでしょう。リクルーターは、評価するだけでなく大学の後輩をサポートするという役割ももっています。ESの添削や面接に関するアドバイスをもらえる場合もありますので、困ったときには相談してみましよう。

## OBOG訪問 Q&A

### Q:OB・OG訪問はいつ行うのがいいですか

A:特に決まりはありませんが3年生の5月～12月頃に行う学生が多いです。避けるべき時期は、年末年始、決算時期(3月が多い)、お盆やクリスマスなどのシーズン。企業によって多忙な時期も異なりますので、まずOB・OGの都合を伺ってから始めましよう。

### Q:何を着て行ったらいいですか?

A:特に指定がなければスーツが無難です。「私服で」と言われたときは、清潔感のあるきちんとした印象の私服(※)で行きましよう。スーツでも構いません。

※襟のついたシャツとスラックス、ブラウスとスカートの組み合わせなど。

※露出の高い服装、過度に派手なもの、サンダル・ミュール、ダメージジーンズ、しわのよったものは避ける。

●QRコードで案内しているwebサイトは株式会社キャリアスにご提供いただいたコンテンツです。