

一生ものの仕事をしよう！

近年、派遣社員問題や離職率・転職率の増加など、1つの仕事を長く続けることが難しくなってきました。また、仕事の種類や働き方が増えた分、自分に合った仕事や働き方を見つけなければなりません。

自分の仕事にやりがいを見つけたとき、半生または一生をかけて仕事をしたとき、人はよくその仕事のことを“天職”と呼びます。

でも、自分がいま就いている、または就こうとしている職業が“天職”であるかどうかなんて簡単にはわかりませんよね。

今回は「仕事の探し方」「仕事を長く続けるには」「様々な働きかたを見てみよう」の3つのテーマから仕事を一生ものにするためのヒントを紹介します。

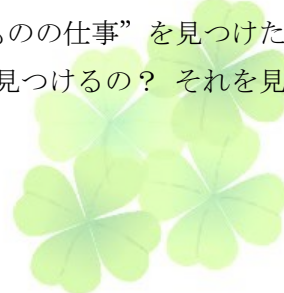
これを機に一生ものの仕事について、考えてみませんか？



場所	中野区立中央図書館 B1F ワークライフ支援展示コーナー
期間	平成25年8月31日(土)～10月24日(木)
問合せ	中野区立中央図書館 中野区中野2-9-7 ☎03-5340-5070

一生ものの仕事の見つけかた

どういう会社だと働きやすそうか、自分にはどういう仕事が合っているのか、見つめていますか？ “働く”と“自分”を見つめた結果、一生続けたい！と思える仕事＝“一生ものの仕事”を見つけたら、過酷な状況だって渡っていけるはず。でも、一生ものの仕事ってどうやって見つけるの？ それを見つけれられるかもしれない方法を、少しご紹介します。



仕事の探しかた

自分を見つめ直す際、全国のハローワークやインターネット上で入手することができ、求職者に関する詳細な情報を記載できる「ジョブ・カード」を活用してみてもいいでしょうか。また普段なかなか知らない、地元で頑張っている中小企業も、実は沢山あるはずです。

★日本商工会議所 ジョブ・カード事業 http://www.jc-center.jp/	人材採用にジョブ・カードを活用している＝求職者のことをよく見ている企業一覧を見ることができる。
★TAMA with STUDANTS http://tama802.jimdo.com/	高度な技術力や独創的な発想を持った企業が多く、日本有数の工業集積地域でもある首都圏西部。その地域の企業と学生とを結ぶ事業を行っている。



仕事を体験してみる

実際会社や団体に入って働いてみると、どんな仕事が自分に合いそうか、わからないものです。従来のインターンシップに加え、企業から報酬を受け取りながら正社員が働く現場で業務をすることができるワークプレイズメントなど、就職前に仕事を体験できる場は多様化しています。

★日本インターンシップ推進協会 www.jipc.or.jp	
★NPO法人ETIC www.etic.or.jp	ベンチャー、社会起業でのインターンシップ。
★NPO法人インターンシップ振興会 www.internship-org.jp	海外インターンシップ専門。
★ワークスタート www.sodateage.net/ws	コミュニケーションやマナーの学習、社会人との交流、職場体験などのカリキュラム。
★ワークプレイズメント https://workplacement.jp	



相談してみる

様々なことを見つめ直していると、不安や疑問も多くなってきます。そんな時は支援機関（6ページ参照）や、先輩たちに積極的に相談するのも一つの手。先輩たちに出会える機会であるOB・OG訪問は「業界・企業・職種の実態を知るうえでも有益だが、実施している学生は4割程度である」とも言われます（出典：『現代用語の基礎知識』2013年、自由国民社、R031ゲ13）。現在は、一対一の訪問だけでなく懇談会を行う大学も増えています。少し勇気を出してその機会を活用してみましょう。

仕事を一生ものにするには

昨今ではせっかく仕事に就けても、すぐにやめてしまう人も多いことが社会的問題になってきています。

「大学新卒者の3割が3年以内に離職する」という内閣府の推計も出ているようで、そのことに着目し、仕事へのモチベーションが高い人・低い人それぞれの特徴を挙げた調査もあります。

仕事へのモチベーションが高い人・低い人の特徴

(a) 仕事へのモチベーションが高い人の特徴

- 1、仕事を通じて成長を実感している
- 2、社内に尊敬できる社員がいる
- 3、自分に合った仕事ができている

(b) 仕事へのモチベーション低い人の特徴

- 1、給与やボーナスに不満がある
- 2、自分に合った仕事できていない
- 3、仕事を通じての成長を実感できない

(なぜ「大卒者の3割が3年以内に離職する」のか「入社3年の離職危機」に関する調査
株式会社JTBモチベーションズ 2012.07. より抜粋)



あなたの仕事に対するモチベーションはどうか？モチベーションアップは仕事を一生ものにするカギかもしれません。仕事を長くつづける上で、自身の能力の向上や職場環境の問題は誰もが直面する壁です。この壁をどうやって乗り越えていくのか下の図を参考に考えてみましょう。



おすすめの本

一生ものの仕事の見つけかた

しごと星座～女子のための 転職ガイド

三浦 展／著
牧野出版
2011年
366. 2ミ

「自分はどんな仕事に向いているのかなあ?」「どんな仕事をすればいいかわからない!!」誰しも悩んだことがあるはず。

本書ではさまざまな女子のタイプや就きたい仕事を星座のように12に分類して紹介しています。自分はどんな仕事に向いているか、逆にこの仕事に興味を持つ女子はどんな価値観・趣味を持っているかわかります。

自分や仕事について楽しく考えるきっかけになる本です。

この「しごと星座」を読んで、星の数ほどある仕事の中で自分だけの星を見つけましょう!

仕事を一生ものにするには

20代 仕事に躓いた時 に読む本

千田 琢也／著
KKベストセラーズ
2012年
159. 4セ

本書は仕事に対する若者のアプローチや考え方について書かれています。著者は「20代のうちはガムシヤラに働き、修行の期間と割り切るのがいい」「資格を取ってもそれはスタートに過ぎない。また資格よりも実務経験のほうが大事だ」と言っています。

仕事に対する考え方が多角的に書かれているので、仕事で悩んでいる20代におススメです。



様々な働きかたをしてみよう

伝統に生きる職人達

北川 裕子／文
山本 典義／写真
春夏秋冬叢書
2008年
750. 2キ

“私にとっての職人探しとは、「職人氣質」という言葉が似合う人を探し、話をお聞きすることだった。”(P.6)と、著者は記しています。

原材料の入手や後継者の不足など共通の問題を抱えながら、伝統の技術を守る職人たちがいます。

彼らは現状に満足することなく腕を磨き続け、新たな製品を作り続けています。

本書は、愛知県東三河地方の伝統産業を支える職人たちを豊富な写真と著者によるインタビューでつづった一冊です。

彼らの働く姿は、現在においてとても新鮮。

その他のおすすめ本

書名	著者名	出版社	出版年	請求記号
この仕事がしたい！	森口 秀志・川島 淳子／編	洋泉社	1999	366.2 コ
女性のための仕事・資格ベストガイド 2010年版	池田書店編集部／編	池田書店	2008	366.2 ジ 10<閉架>
日本でいちばん働きがいのある会社	和田 彰／編著	中経出版	2010	335.2 ワ
仕事のカatalog 2010年版		自由国民社	2009	366.2 シ10
就職とは何か	森岡 孝二／著	岩波書店	2011	366.2 モ
社会人になる前に知っておくべき12カ条	樋口 裕一／著	PHP研究所	2012	159.7 ヒ
ハローワーク150%トコトン活用術	日向 咲嗣／著	同文館出版	2011	366.2 ヒ
あなたのパラシュートは何色？	リチャード・N・ボウルズ ／著	翔泳社	2002	366.2 ボ

書名	著者名	出版社	出版年	請求記号
就活生のための手帳&ノートの書き方 2013年度版	さとう めぐみ／著	一ツ橋書店	2011	377.9 サ13
自己革新	ジョン・W・ガードナー／著	英治出版	2012	159.4 ガ
成功本50冊「勝ち抜け」案内	水野 俊哉／著	光文社	2008	159 ミ <閉架>
現場を強くする問題解決力	デューク・コーポレート・ エデュケーション／著	アスペクト	2007	336.2 デ
1回の会議・打ち合わせで必ず結論を出す技術	斎藤 岳／著	東洋経済新報社	2008	809.6 サ
あたりまえだけどなかなかわからない働く人のルール	前川 孝雄／著	明日香出版	2012	336.4 マ
指導しなくても部下が伸びる！	生田 洋介／著	日経BP社	2013	336.4 イ
電話対応&敬語・話し方のビジネスマナー	尾形 圭子／監修	西東社	2013	336.4 デ

書名	著者名	出版社	出版年	請求記号
赤めだか	立川 談春／著	扶桑社	2008	779.1 タ
プロ野球のお仕事	平沢 芳明／著	北海道新聞社	2010	783.7 ヒ
99人の小さな転機のつくりかた	『ビッグイシュー日本 版』編集部／編	大和書房	2010	281.0 キ
そういうものだろ、仕事っていうのは	重松 清 ほか／著	日本経済新聞出版社	2011	913.68 ソ
あしたをつかめ平成若者仕事図鑑2	NHK「あしたをつかめ」 制作班／編	日本放送出版協会	2008	366.2 ニ2 <閉架>
明治のリーダーたちに学ぶ今	森友 幸照／著	東京堂出版	2011	332.8 モ
理系白書	毎日新聞科学環境部／著	講談社	2003	402.1 マ
農業のサムライたち	大下 英治／著	潮出版社	2012	610.4 オ

一生ものの仕事についての調べ方



●参考キーワード

キャリアデザイン、キャリアマネジメント、天職、マッチング、産学連携、雇用動向、キャリア教育、職業指導、キャリアアップ、コミュニケーション能力、経営戦略、上司・部下（リーダーシップ、コーチング）、メンタルヘルス、産業教育、働き方、厚生労働省、経済産業省、お仕事小説

図書資料で調べる

●中野区立図書館所蔵の資料

図書館内では利用者開放端末（OPAC） <http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/>
インターネットでは中野区立図書館ホームページにて資料を検索できます。

●中央図書館参考室所蔵の資料

書名	編者	出版社	出版年	請求記号
労働経済白書 平成24年版	厚生労働省／編	日経印刷	2012	R366.0 口 12
日本労働年鑑 第83集 (2013年版)	法政大学大原社会問題研 究所／編著	旬報社	2013	R366.0 ニ 83

●国立国会図書館 <http://www.ndl.go.jp/>

「資料の検索」から国会図書館で所蔵している本や所蔵している雑誌の記事を検索することができます。

「国立国会図書館サーチ」を利用してキーワードを検索すると、全国の公共図書館、美術館や学術研究機関などの蔵書や国会図書館所蔵の雑誌記事論文など複合的に検索することができます。

●東京都立図書館 <http://www.library.metro.tokyo.jp/>

「本や資料を探す」というページから、

- ・東京都立図書館の所蔵資料「蔵書検索」
- ・都内の公立図書館の蔵書を一括で「統合検索」
- ・専門分野の図書館の検索「専門図書館ガイド」

など色々な検索ができます。



国会図書館、都立図書館のホームページで検索して、中野区立図書館に見つからない資料は、中野区立図書館を通じて相互貸借や複写申込み（国会図書館のみ／有料）ができます。参考室にてお問い合わせください。

※複写申込みは国会図書館の登録利用者カードを作成していれば、個人でも申込みできます。

※相互貸借や複写ができない資料もございます。



インターネットで調べるインターネットで調べる

厚生労働省

<http://www.mhlw.go.jp/>

ハローワークインターネットサービス

<https://www.hellowork.go.jp>

TOKYOはたらくネット

<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/index.html>

東京しごとセンター

<http://www.tokyoshigoto.jp/>

ぐっJOB・なかの

<http://www.job-nakano.net>

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構

<http://www.jeed.or.jp/>



オンラインデータベースで調べる

中央図書館の参考室のインターネット端末では、以下のオンラインデータベースにアクセスできます。

種類	概要
聞蔵Ⅱビジュアル	1926年から当日までの朝日新聞の検索
日経テレコン21	1975年4月から当日までの日経4紙の新聞記事や企業情報などの検索
MAGAZINE PLUS	1981年からの一般紙・総合誌の雑誌記事検索や学術論文などの検索
官報情報検索サービス	1947年5月3日から当日までの官報記事の検索
WHO PLUS	歴史上の人物から現在活躍する人物まで、約32万人のプロフィールの検索



< こんな記事が検索できます > ※2013年8月31日時点のデータです。

データベース	記事情報	掲載誌	請求記号
聞蔵Ⅱビジュアル 過去1年で「天職」検索 59件	(凄腕つとめにん) 長谷川修さん 制作にかかわった緞帳、1200枚	朝日新聞 2013年6月10日夕刊/夕刊 be 1面	中野区立図書館所蔵の朝日新聞・日本経済新聞では見られない、地方版の記事が見られます。
	「天職にめぐり会ったら、一歩ずつ」 菓子職人頂点極めた杉野さん、津で講演	朝日新聞 2013年3月26日朝刊/三重面	
日経テレコン21 過去1年で「天職」検索 24件	先輩の肖像 10年後の君たちへ FUK 原浩司さん	日本経済新聞・大阪 2013年2月4日夕刊 29面	
	就活に臨む君たちへ (1) 京セラ相談役 伊藤謙介氏—「就職はゴールではない」。	日経産業新聞 2012年12月11日 18面	
MAGAZINE PLUS 過去の「天職」検索 406件	子育て卒業組も、人生リセット組も 「趣味以上・仕事未満」から天職を引きよせた主婦たち	婦人公論 2011年4月22日号	雑誌 59 <閉架>
	公務員しごと図鑑—公務員もいろいろ、15の職種を—挙紹介 未知なる専門職の世界	週刊東洋経済 2012年5月26日号	雑誌 33 <閉架>

中央図書館からのお知らせ

開館時間、休館日のお知らせ

開館時間

中央図書館 午前9時から午後9時
地域図書館 午前9時から午後8時

休館日

中央図書館 毎月第2月曜日(2、6、11月は第4月曜日)
本町・野方・江古田図書館 毎月第2月曜日
南台・鷺宮・東中野・上高田図書館 毎月第2木曜日
※毎月最終金曜日は館内整理日のため、全館休館です。

2013年10月
中野区立中央図書館
開館20周年!!



展示のお知らせ

館内展示「ミステリー」イラストとペーパークラフトでみるミステリー作家の肖像

内容：世界のミステリー作家を模したペーパークラフトや、関連資料の紹介を
図書館内4ヶ所で行っています。

場所：地下1階 図書館正面入り口、平置ガラスケース、エレベーター前
地下2階 視聴覚ライブラリー

期間：9月26日(木)まで

☆毎週日・月曜日に「ミステリークイズ」を行っております。

クイズに答えた方、各日先着100名様に図書館オリジナルうちわをプレゼントいたします。

詳しくは館内掲示ポスター、広報紙「シビブリア」をご覧ください。

プチ展示

内容：「普段手に取らないような資料にも興味を持ってほしい」をテーマに、
図書館が所蔵する様々な資料を週替わりで紹介していきます。

場所：地下1階 図書館正面入り口 左方

期間：毎週月曜日に更新

おはなし会のお知らせ

中野区立中央図書館では、下記の日時で、児童向けにおはなし会を実施しております。
お子様、保護者様はぜひご参加ください。

毎週水曜日 15:30～

毎週土曜日 13:30～、14:30～、15:15～

第4土曜日 11:00～、13:30～、14:30～、15:15～

☆小さい子向けおはなし会 原則第3火曜日 11:00～