

ココフォーレ・ニュース

No.8

2025年(令和7年)
夏号

「ココフォーレ」は、高知県外国人生活相談センターの愛称です。

暑さが日ごとに増してくる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。「ココフォーレ・ニュース」では、高知県に住む外国人や外国人と関わりのある方々をはじめ、多文化共生に関心のある多くの方に、ココフォーレの取り組みや外国人に役立つ情報をお届けします。

トピックス

仕事さがしについて

ココフォーレでは、毎年、仕事に関する相談を多数受けています。その中でも特に多いのが、仕事さがしに関するものです。高知が大好きで、高知で働きたいと願っているのになかなか仕事が見つからず、やむを得ず都会へ転出したり、母国に帰国しなければならないという、残念なお話を聞くことも少なくありません。そこで今回は、「日本での仕事さがし」をテーマに、仕事を見つけるためのポイントや、役立つ情報をご紹介します。

外国人のための日本就職ガイド×高知で働く

高知で仕事したい！
(中国国籍・学生)



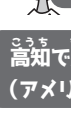
高知で銀行員になりたい！
(アメリカ国籍・社会人)



高知でドラゴンフルーツ
農園がしたい！
(インドネシア国籍・学生)



高知の企業で働きたい！
(中国国籍・学生)



高知で起業したい！
(アメリカ国籍・社会人)

ポイント
1

仕事さがしのツールを知ろう！

日本で仕事を探すときには、いくつかの便利なツールやサービスがあります。まずは、自分に合った方法を知ることが大切です。

- ハローワーク
- ジョブフェア／企業説明会
(高知県では毎年、県主催で外国人の方向けの企業合同説明会があります)
- 民間の求人サイト
- 人材紹介会社
- 気になる会社のHPから直接応募
- 知人の紹介 など

★ハローワーク★

ハローワークは、日本に住んでいる外国人の方も無料で利用できる就職支援機関です。登録には、在留カードやパスポートなどの身分証明書が必要です。ハローワークでは、求人の紹介だけでなく、履歴書の書き方のアドバイスや面接の練習など、就職活動を幅広くサポートしてくれます。ハローワークでは三者間電話通訳サービスも利用可能です。

※対面での通訳が必要な場合は、ココフォーレでサポートできます。

高知県の求人サイトのまとめはこちら→

ポイント
2

募集要項をよく読もう！

募集要項とは企業が必要とする人材像や募集条件を具体的に示したものです。仕事内容のことはもちろん、「日本語会話必須」「JLPT N2以上」といった日本語レベルについての条件や運転免許資格やその他のような資格が必要かどうかと確認しましょう。

それに加えて在留資格取得のサポートはあるのかなどもチェックすることもポイントですね。

ポイント
3

日本語のスキルアップをしよう！

日本で仕事をするには日本語でのコミュニケーションは欠かせません。日本語での円滑なコミュニケーションは大きな武器になるので、日ごろから勉強をしましょう。「日本語能力試験(JLPT)」や「ビジネス日本語検定」などの資格取得を目指しましょう。



日本語能力の資格の種類

- ①日本語能力試験(JLPT)
- ②ビジネス日本語能力テスト(BJT)
- ③実用日本語検定(J.TEST)
- ④実用日本語運用能力試験(TopJ) など

日本語能力試験(JLPT)

- JLPT N1 (ビジネス上級)
N2 (仕事でよく使うレベル)
N3 (簡単な業務)
N4~5 (日常会話)

高知で日本語を勉強したい方!!

高知県では県内に住む外国人の皆さんの生活を支援するため、色々な場所で無料の日本語教室を開催しています。

*高知県国際交流協会—KIAIにほんごクラス

場所：高知県高知市本町4-1-37丸の内ビル2F

その他詳細についてはこちら→

*高知県日本語教室・日本語教室サロン

高知県には15の日本語教室があります!

県内の日本語教室サロンマップ→

ポイント
4

日本で使える履歴書・職務経歴書を準備しよう!

履歴書や職務経歴書の書き方は、国によってルールが違います。「日本で使える」というのは、日本の書式に合わせた形式で作成することです。例えば、日本では履歴書に写真を添付することが必須ですが、海外では添付しない国も多いです。また応募する仕事によっては、履歴書だけでよい場合もありますが、職務経歴書も必要な場合があります。それぞれの企業の応募条件をしっかりと確認して、正しく準備しましょう。

履歴書と職務経歴書のちがい

履歴書とは

- 名前や住所、学歴、職歴、保有する資格などの基本情報を書く書類

職務経歴書とは

- 今まで働いた会社の内容(業種、規模、在籍期間など)や職務経験をくわしく書く書類
- 自分のスキルや強み、成果などをアピールできる応募する仕事に合わせて内容を調整することが大切です。

ポイント
5

仕事さがしも在留資格の変更も時間がかかる! 早めの行動を心掛けよう!

日本で仕事を探すには、求人を見て、履歴書を書き、面接を受けるなど、いくつかのステップがあり、仕事が決まるまでに時間がかかることがあります。また、在留資格の変更や更新も申請から1~2か月かかることが多いので、早めに行動しないと間に合わないこともあります。だからこそ、仕事探しも在留資格の手続きも、早めに準備することが大切です。

KOCHI

こうちけん

高知県

さきょう

さく

がいこくじん

さく

～企業の声×外国人の声～

じっさい こうちけんない がいこくじん こよう かいしゃ げんざいこうちけん はたら ふたり がいこくじん かた はなし
実際に高知県内で外国人を雇用している2つの会社と、現在高知県で働いている2人の外国人の方にお話をうかがいました。それぞれの
けいけん おもひ こと こと さいご さいご
経験や思いには、仕事を探しているあなたにとって大切なヒントがたくさんつまっています。これからの仕事さがしの参考にしてみましょう！

さきょう

企業インタビュー①

A社・宿泊業、飲食サービス業（中部エリア）

1. 外国籍社員の職種・業務内容

現在、以下の職種で外国籍のスタッフが活躍しています：
フロント：1名・レストラン：4名（内1人は正社員）・清掃：1名・調理場：1名

2. 採用のきっかけと背景

コロナ禍により人手不足となっていた際に、ちょうど外国人の方から応募があり、それが採用の始まりでした。コロナ禍が明けた後も、今までの外国人スタッフの熱心な仕事ぶりや人柄が評価され、採用を継続しています。

3. 求めるスキルや資質

接客に必要なPCスキルや語学力（英語やその他の多言語）
日本語能力に関しては資格よりも「話せること」が重要（読み書きより会話重視）

4. コミュニケーションの工夫

日本語でのやり取りが難しい場合は、他の言語も使用
翻訳アプリを活用しながら、スタッフ同士で協力して業務を進行

5. 今後の採用方針

今後も引き続き外国人材の採用を行っていく予定です。

さきょう

企業インタビュー②

B社・製造業（東部エリア）

1. 外国籍社員の職種・業務内容

現在、外国籍の社員は、営業職1名、開発職1名の計2名です。

2. 採用のきっかけと背景

当社は約5年前から高知県主催の「グローバルキャリアフェア」に参加しており、その活動を通じて採用に至りました。海外市場への展開に伴い、語学力や現地とのネットワークを持つ人材が必要とされる中、多様な価値観を持つ外国人社員を迎えることで、日本文化にはない視点や発想が会社の成長につながると思っています。

3. 求めるスキルや資質

・社内外で円滑にやり取りできるコミュニケーション能力（JLPT N1程度）
・海外展開に必要な語学力（母国語で現地の方とやり取りできる力）
・日本語能力に関しては社内での会話や資料の読み書きが可能なレベル

4. コミュニケーションの工夫

・説明時にやさしい日本語を使用することもある
・必要に応じて翻訳アプリを活用しながら理解を深めるサポートを行う

5. 今後の採用方針

今後も海外販売を継続的に進めていくため、必要に応じて外国人材の採用を行っていく予定ですが、今現在は募集を行っていません。

がいこくじん

外国人インタビュー①

シンガポール国籍・製造業

私は今、高知県で国際営業を担当しています。入社へのきっかけは、県が主催する「グローバルキャリアフェア」というイベントでした。今の職場では自分の語学力や文化的なバックグラウンドを活かせる仕事ができている、やりがいを感じています。また社長が社員一人ひとりを大切にしてくれるところも、ここで働いてよかったと思える理由の一つです。就職活動中は、高知県では外国人を雇用している会社がまだ少なく、仕事を見つけるのが大変でした。でも、外国人材を必要とされているよい会社に出会うことができて、本当に良かったです。高知での暮らしはとてもあたたかく、大都会にはない「アットホーム」な雰囲気があります。音楽とスポーツのサークルなどを通じて、日本人の方と交流しながら、日本語も自然と身につく環境がたくさんあります。同じ趣味を持っている方々とお話するととても楽しいです。これから高知で働きたいと思っている方に伝えたいのは、仕事を探すときにネットワーク作りはとても大事、ということです。自分が仕事を探していることを周りの人に話しておく、思わぬところからチャンスが生まれることもあります。そして、何事も早めに動くことが大切です。応援しています！

がいこくじん

外国人インタビュー②

アメリカ国籍・教育

日本で仕事を探すのは、外国人の私にとって本当に大変でした。私は日本語を問題なく話せますが、多くの企業が「日本語能力試験N1」を応募条件にしており、試験を受けたことのない私は、自分の語学力を証明できず、応募すらできないこともありました。今の仕事に応募した際は、日本語資格は求められず、自分の語学力を実際に見てもらえたのが嬉しかったです。現在は市内で教育関連の仕事をしており、外国人としてではなく、チームの一員として接してもらえることがとてもありがたく、やりがいがあります。高知には、東京や大阪のように外国人向けの仕事がたくさんあるわけではありませんが、美しい自然や豊かな文化、そして温かい人たちがいます。だからこそ、ここに住む価値があると感じています。これから高知で仕事を探したいと考えている方へのアドバイスは、「自分の居場所を見つけること」です。たとえば、スポーツジムのクラスやクラブ活動に参加することで、人とのつながりや人脈を広げることができます。高知の人たちはとても親切で、助けが必要なときには必ず手を差し伸べてくれます。私が東京ではなく高知にいる一番の理由は、ここにそうした人とのつながりがあるからです。

ココフォーレからのお知らせ			ココフォーレの相談会等		※詳細は、ココフォーレのHP・SNSでお知らせします。	
2025年7月29日(火)	四万十市出張相談会	四万十市役所 3階 (住所：四万十市中村大橋通4丁目10)	出入国在留管理局の職員が対応します。在留資格について詳しい説明を聞くことができます。在留資格以外の生活全般に関する相談もココフォーレ相談員が対応します。 ※香南市出張相談会は生活相談のみ対応可			
2025年10月29日(水)	香南市出張相談会 ※	香南市役所 4階会議室 (住所：高知県香南市野市町西野2706)				
2025年12月7日(日)	南国市出張相談会	南国市地域交流センターMIARE! (みあーれ!) (住所：南国市大さね甲2117番地)				
2026年2月1日(日)	土佐市出張相談会	土佐市複合文化施設つな一で (住所：高知県土佐市高岡町乙3451-1)				
①2025年9月29日(月)～10月4日(土) ②2026年2月24日(火)～2月28日(土)	外国人のための 無料法律相談週間	ココフォーレ (住所：高知市本町4丁目1番37号 1F)	弁護士が対応します。資力要件に関わらず無料で相談ができます。(法人は対象外)			
2025年8月30日(土)	外国人のための 教育ガイダンス	高知県国際交流協会 (住所：高知市本町4丁目1番37号 2F)	ココフォーレ主催で外国にルーツのある家族向けに日本の教育制度についてのガイダンスを行います。			